PREFAȚĂ DE NEALE DONALD WALSCH,
AUTORUL LUCRĂRII *CONVERSAȚII CU DUMNEZEU*

Legea Atracției

Învățăturile lui Abraham



Autorii bestsellerelor
Cere și ți se va da și
Uluitoarea putere a Intenției Deliberate

ESTHER ȘI JERRY HICKS



Editura PRESTIGE



ESTHER şi JERRY HICKS

LEGEA ATRACŢIEI

Învăţăturile lui Abraham

Traducere de LIDIANA BURLACU

Editura PRESTIGE

2007



Această carte este dedicată tuturor acelora dintre voi care, dorindu-vă iluminarea şi o stare de bine, v-aţi pus întrebări la care a răspuns această carte; şi celor patru dintre încântătorii noştri copii, care sunt exemple vii ale lucrurilor pe care le ilustrează această carte: Laurel (8 ani); Kevin (5 ani); Kate (4 ani) si Luke (1an), care nu pun încă întrebări, pentru că nu au apucat încă să uite.

Şi aceste învăţături sunt în mod special dedicate Louisei Hay, a cărei dorinţă de a întreba şi de a învăţa - şi de a răspândi peste tot pe această planetă - principiile binelui, au condus-o la a crea Compania Hay House, prin care a făcut posibilă răspândirea în lume a unei bucurii atât de mari.

Cuvânt înainte

De Neale Donald Walsch, autorul bestsellerelor
Conversaţii cu Dumnezeu şi
Acasă cu Dumnezeu într-o viaţă care nu se sfârşeşte niciodată

Asta este. Iată, nu mai trebuie să mergeţi mai departe.

Lăsaţi jos toate cărţile, retrageţi-vă de la toate seminariile sau workshop-urile, şi spuneţi-i consilierului vostru personal că nu îl veţi mai suna de acum înainte.

Pentru că aici este tot ceea ce aveţi nevoie să ştiţi despre viaţă şi cum funcţionează. Iată, sunt aici: regulile de circulaţie pentru această călătorie extraordinară, toate instrumentele cu care să creaţi experienţele pe care le-aţi dorit din totdeauna. Nu trebuie să mai faceţi nici-un pas mai departe.

Într-adevăr, uitaţi-vă la ceea ce aţi realizat deja.

Doar priviţi.

Vreau să spun, *chiar acum*, uitaţi-vă la ce ţineţi în mână.

Voi aţi făcut asta. Voi aţi pus această carte acolo unde se află acum, în faţa ochilor voştri. Voi aţi manifestat-o, din senin. Chiar şi acest simplu fapt este o dovadă că această carte are putere.

Înţelegeţi? Nu, nu, nu săriţi peste asta. Este important să auziţi aceasta cu adevărat. Vă spun că ţineţi în mână chiar cea mai bună dovadă pe care v-aţi putea-o oferi, că Legea Atracţiei este adevărată, este eficientă şi *produce rezultate palpabile în lumea fizică*.

Să vă explic.

Undeva adânc, în cotloanele conştiinţei voastre, într-un loc important al minţii voastre, v-aţi propus să primiţi mesajul acestei cărţi, sau altfel această carte nu ar fi ajuns niciodată la voi.

Acesta nu e un lucru lipsit de importanţă. Este chiar important. Credeţi-mă, este important. Pentru că *sunteţi pe punctul de a crea exact ceea ce aţi intenţionat să creaţi:* o schimbare majoră în viaţa voastră.

Aceasta era intenţia voastră, nu-i aşa? Sigur că da. Ceea ce apare pe măsură ce citiţi aceste cuvinte nu s-ar petrece dacă nu v-aţi fi orientat atenţia asupra unei dorinţe profunde de a vă ridica la un alt nivel experienţa vieţii de zi cu zi. Aţi vrut să realizaţi aceasta de multă vreme. Singurele întrebări pe care le aveaţi erau: *Cum? Care sunt regulile? Care sunt instrumentele necesare?*

Ei bine, iată-le. Le-aţi cerut, le aveţi. Şi apropo, aceasta este chiar prima regulă. Obţineţi ceea ce cereţi. Dar e mai mult decât atât - cu mult mai

mult. Şi exact pentru asta e această carte extraordinară. Iată, nu numai că veţi primi nişte instrumente uluitoare, ci *veţi fi învăţaţi si cum să le folosiţi.*

V-aţi dorit vreodată ca atunci când vi s-a dat viaţa, să fi primit şi manualul cu instrucţiunile de folosire?

Ei da, bună dorinţă. Acum s-a împlinit.

Trebuie să le mulţumim lui Esther şi Jerry Hicks pentru aceasta. Şi, desigur, lui Abraham. (Ei vă vor spune totul despre cine este el în acest text fascinant şi plin de viaţă care urmează.) Esther şi Jerry şi-au devotat viaţa bucuriei de a împărtăşi mesajele minunate care le-au fost transmise de către Abraham. Îi admir şi îi iubesc foarte mult pentru aceasta; şi le sunt foarte recunoscător, pentru că sunt într-adevăr nişte oameni extraordinari care şi-au asumat sarcina de a aduce glorie misiunii în care ne-am înscris cu toţii: a trăi şi experimenta gloria a ceea ce suntem noi cu adevărat şi a însăşi vieţii.

Ştiu că veţi fi foarte impresionaţi şi binecuvântaţi de ceea ce veţi descoperi aici. Ştiu că citind această carte veţi ajunge la un punct de cotitură în viaţa voastră. Aici se află nu numai descrierea celei mai importante legi a universului (cu adevărat singura de care veţi avea nevoie să ştiţi), dar şi o explicaţie lesne de înţeles a mecanicii vieţii. Acestea sunt informaţii care vă ţin cu răsuflarea tăiată. Sunt date monumentale. Sunt nişte revelaţii sclipitoare.

Sunt puţine cărţile despre care aş spune ceea ce urmează să spun. *Citiţi fiecare cuvinte! de aici, şi faceţi tot ceea ce vă spune această carte*. Ea răspunde tuturor întrebărilor pe care vi le-aţi pus cu sinceritate în inima voastră. Aşa că - pot fi direct? - fiţi atenţi.

Această carte este despre cum să fiţi atenţi, şi dacă sunteţi atenţi la *modul în care* sunteţi atenţi, fiecare intenţie a voastră se poate concretiza - şi aceasta vă va schimba viaţa pentru totdeauna.

Neale Donald Walsch

Prefaţă

de Jerry Hicks

Această zguduitoare filozofie a spiritualităţii practice pe care sunteţi pe punctul de a o descoperi ne-a fost revelată pentru prima dată lui Esther şi mie în 1986, ca răspuns la o listă foarte lungă de întrebări care fuseseră fără răspuns timp de mulţi ani.

În aceste pagini veţi găsi elementele de bază ale *Învăţăturilor lui Abraham* aşa cum ne-au fost spuse cu iubire chiar în primele zile ale interacţiunilor noastre cu ei (vă rog să observaţi că în spatele numelui singular Abraham se află un grup de entităţi iubitoare, de aceea ne vom referi la ele folosind pluralul).

Înregistrările din care a rezultat aceasta au fost publicate pentru prima dată în mod oficial în 1988 ca parte a unui album ce conţinea înregistrarea pe casete a zece *Subiecte speciale*. Dar de la acel moment, multe aspecte ale învăţăturilor fundamentale ale lui Abraham au apărut sub diverse forme, ca şi cărţi, CD-uri, DVD-uri, cărţi de joc, calendare, articole, emisiuni radio şi de televiziune, precum şi publicate de alţi autori de succes, care au încorporat învăţăturile lui Abraham în lucrările lor. Totuşi, niciodată până la această carte, nu au mai fost publicate aceste învăţături în întregime într-un singur volum.

(Dacă doriţi să ascultaţi una dintre înregistrările originale din această serie, puteţi descărca gratuit *Introducerea la învăţăturile lui Abraham*, care are o durată de 70 de minute, de pe website-ul nostru: www.abraham-hicks.com).

Această carte a luat fiinţă prin transcrierea setului nostru de 5 CD-uri, din *Setul introductiv din învăţăturile elementare ale lui Abraham* şi apoi rugându-l pe Abraham să revizuiască conţinutul pentru a-i îmbunătăţi oralitatea. De asemenea, Abraham a adăugat câteva noi pasaje de dragul clarităţii şi continuităţii.

Milioane de cititori, ascultători şi spectatori s-au bucurat de informaţiile valoroase primite prin aceste învăţături. Iar Esther şi cu mine suntem încântaţi să vă oferim, sub forma acestei *Legi a Atracţiei,* învăţăturile elementare originale ale lui Abraham.

Dar cum este această carte comparativ cu o alta, tot a lui Abraham, *Cere şi ţi se va da?* Ei bine, *Legea Atracţiei* poate fi considerată ca fiind elementul primordial din care au apărut toate celelalte învăţături. De asemenea, *Cere şi ţi se va da* poate fi considerat ca fiind cel mai comprehensiv volum din primii 20 de ani de învăţături ale lui Abraham.

Reluarea acestui material care îţi schimbă viaţa, în cadrul procesului de pregătire a publicării acestei cărţi a fost o minunată experienţă pentru Esther şi pentru mine, deoarece ni s-au reamintit aceste legi simple şi elementare pe care Abraham ni le-a explicat efectiv cu câţiva ani în urmă.

Din momentul primirii acestui material, Esther şi cu mine ne-am străduit să aplicăm în viaţa noastră ceea ce am învăţat despre aceste Legi, şi minunata evoluţie a vieţilor noastre este uluitoare. Am crezut pe cuvânt tot ceea ce a spus Abraham, deoarece tot ceea ce ne-a spus avea atât de mult sens pentru noi, dar posibilitatea de aplicare a acestor învăţături a fost deja dovedită în experienţele noastre de zi cu zi. Şi acum, cu o nemărginită bucurie vă putem spune, din propria noastră experienţă: ***Funcţionează!***

(nota editorului: Vă rugăm să reţineţi că nu întotdeauna există cuvinte care să descrie cu acurateţe gândurile şi percepţiile lui Esther, de aceea uneori ea alcătuieşte noi combinaţii de cuvinte sau foloseşte cuvinte obişnuite dându-le noi înţelesuri cu scopul de a exprima noi moduri de a privi viaţa).

PARTEA I

CALEA NOASTRĂ CĂTRE EXPERIENŢA LUI ABRAHAM

INTRODUCERE

de Jerry Hicks

Am scris cartea aceasta pentru a vă prezenta Legile Universale şi procesele practice care vă vor ghida clar şi precis spre realizarea stării voastre naturale de bine. Citind această carte veţi experimenta într-un mod unic şi benefic primirea unor răspunsuri precise şi pline de forţă la întrebările pe care le-aţi adunat de-o viaţă. Şi utilizarea cu succes a acestei filozofii bazată pe bucurie a spiritualităţii practice vă va ajuta de asemenea în a-i ghida pe ceilalţi să trăiască viaţa pe care ei o consideră a fi perfectă.

Mulţi oameni mi-au spus, în multe feluri, că întrebările mele le reflectau pe ale lor. Şi astfel, pe măsură ce veţi experimenta claritatea şi strălucirea răspunsurilor lui Abraham, nu numai că veţi începe să simţiţi o adevărată satisfacţie că în sfârşit întrebările puse timp îndelungat şi-au primit răspunsul, dar probabil că veţi descoperi, aşa cum noi (Esther şi cu mine) am descoperit, un entuziasm nou pentru a vă trăi viaţa. Şi pe măsură ce începeţi să aplicaţi procesele practice oferite aici, cu această nouă viziune asupra vieţii, veţi descoperi că puteţi crea în mod deliberat pentru voi, tot ceea ce vreţi să faceţi, să fiţi sau să aveţi.

Mie mi se pare că viaţa mea, de când îmi aduc eu aminte, a generat un curent de întrebări aparent fără sfârşit, la care nu am fost capabil sa găsesc răspunsuri satisfăcătoare, pentru că eu îmi doream cu tărie să descopăr o filozofie de viaţă care să se bazeze pe adevărul absolut. Dar odată cu apariţia lui Abraham - revelând puternicele legi ale universului, împreună cu procesele efective care ne-au ajutat să transformăm ideologia şi teoria în rezultate practice - am ajuns să îmi dau seama că acel curent stabil de cărţi, profesori şi experienţe de viaţă cu care m-am întâlnit în drumul meu, erau paşii perfecţi pe calea descoperirii lui Abraham.

Îmi place să mă gândesc la oportunitatea pe care o aveţi şi voi acum citind această carte, de a descoperi voi înşivă valoarea a ceea ce oferă

Abraham, pentru că eu ştiu că aceste învăţături ne-au îmbogăţit experienţa noastră de viaţă. De asemenea, sunt conştient că nu aţi ţine acum în mână această carte dacă propria voastră experienţă de viaţă nu v-ar fi pregătit deja (aşa cum m-a pregătit pe mine) să primiţi aceste informaţii.

Sunt nerăbdător să vă scufundaţi în această carte pentru a descoperi aceste legi simple dar pline de forţă şi procesele practice pe care vi le oferă Abraham, astfel încât să puteţi începe să atrageţi *în mod voit* ceea ce vă doriţi, şi astfel să lăsaţi să plece ceea ce nu vă doriţi.

Un curent stabil de grupuri religioase

Părinţii mei nu erau nişte oameni religioşi, aşa că nu prea înţeleg de ce eu am simţit aşa un imbold puternic de a găsi o biserică şi de a mă conforma prescripţiilor sale, dar pe măsură ce creşteam, această forţă din mine devenea tot mai puternică. Poate era o încercare de a umple adevăratul vid pe care îl simţeam foarte adânc în mine, sau poate că era din cauză că mulţi oameni din jurul meu îşi demonstrau fervoarea religioasă şi siguranţa că ei descoperiseră *adevărul*.

În timpul primilor 14 ani de viaţă am locuit în 18 case in şase state, aşa că am avut ocazia să evaluez o gamă largă de filozofii, în orice caz, am mers în mod sistematic din biserică în biserică, sperând de fiecare dată din toată inima că în spatele *acestor* uşi voi găsi ceea ce căutam. Dar pe când treceam de la un grup religios sau filozofic la altul, dezamăgirea mea creştea pe măsură ce fiecare afirma că ei sunt cei îndreptăţiţi, declarând în acelaşi timp că toţi ceilalţi greşesc, în acest mediu, cu inima scufundându-mi-se iar şi iar, ştiam că nu găsisem încă răspunsurile pe care le căutam. (Abia după ce am descoperit învăţăturile lui Abraham am fost în stare să înţeleg şi să nu mai am nici-o emoţie negativă vis a vis de aceste aparente contradicţii filozofice). Şi astfel, căutarea mea a continuat.

O tablă Ouija spune alfabetul

Deşi nu avusesem niciodată nici-o experienţă personală cu o tablă Ouija, aveam totuşi păreri negative despre ea. Credeam că era, în cel mai bun caz, doar un joc, şi, în cel mai rău caz, o păcăleală totală. Aşa că în 1959 când prietenii mei din Spokane, Washington, mi-au prezentat ideea de a ne juca cu tabla, am respins-o imediat ca fiind ridicolă.

Dar, fiindcă prietenii mei insistau, şi pentru că era pentru prima dată când aveam o experienţă personală cu ea, am văzut cu ochii mei că apărea un fenomen adevărat.

De aceea, fiindcă încă eram în căutarea răspunsurilor la lista mea de-o viaţă cu întrebări, am întrebat tabla: „Cum pot să devin cu adevărat bun?” La început, cu o viteză dramatică, a spus toate literele alfabetului, apoi planşeta a indicat C-I-T-E-Ş-T-E.

„Ce să citesc?” am întrebat. Mi-a răspuns C-Ă-R-Ţ-I. Şi apoi, când am întrebat „Ce cărţi?” mi-a răspuns (din nou cu acea viteză dramatică de la început): ORICEŞITOTULDEALBERTSCHWEITZER. Prietenii mei nu auziseră de Albert Schweitzer, şi cum eu nu ştiam decât foarte puţine despre el, curiozitatea mea a fost cel puţin trezită, dacă nu mai mult, şi m-am hotărât să fac unele cercetări pentru a afla mai multe despre acest om care tocmai ajunsese în câmpul conştiinţei mele în acest mod cu adevărat extraordinar.

În prima bibliotecă pe care am găsit-o, am descoperit o selecţie largă de cărţi scrise de Albert Schweitzer, şi le-am citit pe toate în mod sistematic. Şi deşi nu pot spune că am descoperit vreun răspuns anume la lunga mea listă de întrebări, cartea lui Schweitzer *În căutarea lui Isus ca personalitate istorică* m-a făcut în mod special să înţeleg că erau mult mai multe moduri de a privi lucrurile decât eram eu dispus să iau în seamă.

Entuziasmul meu pentru ceea ce speram să fie o fereastră către o puternică iluminare şi către răspunsuri la toate întrebările mele a fost în cele din urmă distrus, deoarece nu am găsit nici acea puternică iluminare din partea tablei Ouija, şi nici răspunsuri la toate întrebările mele, dar a trezit cu siguranţă în mine înţelegerea faptului că exista disponibilă o cale de comunicare inteligentă, despre care nu credeam că este cu putinţă înainte de a o fi experimentat eu însumi.

Tabla Ouija nu funcţiona deloc pentru mine atunci când o foloseam de unul singur, dar am folosit-o pentru sute de oameni în călătoriile mele pentru distracţie, şi am găsit trei oameni care au avut succes cu ea. Împreună cu nişte prieteni din Portland, Oregon (pentru care tabla funcţiona perfect), am „vorbit” sute de ore cu ceea ce credeam a fi fiinţe care nu erau fizice, materiale. Ce paradă interesantă de piraţi, preoţi, politicieni şi rabini au discutat cu noi! Era cam la fel cu conversaţiile fascinante pe care le poţi avea la petreceri, cu indivizi oferind o largă varietate de atitudini, inteligenţe şi stiluri de viaţă.

Trebuie să spun că nu am învăţat nimic de valoare de la acea tablă, ceva care să pot folosi în propria mea viaţă - sau care să vreau să învăţ pe altcineva - aşa că într-o zi pur şi simplu am aruncat-o şi acela a fost sfârşitul acelei etape în care eram, mă interesa sau foloseam tabla Ouija.

Cu toate acestea, această experienţă remarcabilă - mai ales cu acea inteligenţă care m-a încurajat să citesc cărţi - nu numai că a trezit în mine înţelegerea faptului că există mult mai multe „acolo” decât pricepeam eu în mod obişnuit, dar de asemenea a provocat în interiorul meu o dorinţă şi mai puternică de a găsi răspunsuri. Am ajuns să cred că era posibil să am acces la o inteligenţă care avea răspunsuri practice la întrebările despre cum funcţionează Universul, de ce suntem aici cu toţii, cum putem să avem vieţi mai pline de bucurie, şi cum putem să ne îndeplinim scopurile pentru care ne aflăm aici.

Gândeşte şi devino bogat

Poate că prima mea experienţă în găsirea răspunsurilor practice la lista mea în creştere de întrebări a avut loc atunci când am descoperit o carte fascinantă pe când dădeam concerte într-o serie de colegii şi universităţi în 1965. Cartea stătea pe o masă de cafea într-un hol al unui hotel micuţ, undeva în Montana, şi îmi amintesc cum am simţit născându-se în mine o senzaţie contradictorie în timp ce o ţineam în mână şi citeam cuvintele de pe prima copertă: *Gândeşte şi devino bogat*!, de Napoleon Hill.

Titlul era şocant pentru mine, deoarece eu, la fel ca mulţi alţii, fusesem învăţat să îmi susţin impresiile negative despre oamenii bogaţi ca o justificare pentru lipsa mea personală de resurse uşor dobândite. Totuşi, era ceva în mod incontestabil incitant legat de această carte, şi după ce citisem abia 12 pagini, mi se ridicase părul pe mine şi mă treceau fiori pe coloană.

Acum am ajuns să înţelegem că aceste senzaţii fizice, viscerale sunt dovezi care confirmă că suntem pe calea către ceva extrem de valoros, şi chiar şi atunci am simţit că această carte trezise în mine cunoaşterea faptului că gândurile sunt importante şi că experienţa vieţii mele reflectă într-un fel conţinutul gândurilor mele. Cartea era interesantă şi incitantă, şi îmi inspira dorinţa de a urma sugestiile care erau oferite - şi aşa am şi făcut.

Folosirea învăţăturii respective a dat asemenea rezultate, încât în foarte scurtă vreme am fost capabil să construiesc o afacere multinaţională, dându-mi posibilitatea să ating vieţile a mii de oameni într-un mod plin de sens. Am început chiar să predau principiile pe care le învăţasem. Dar deşi eu personal primisem ceva incredibil de valoros din cartea lui Napoleon Hill, care mie îmi schimbase viaţa, totuşi multe din vieţile celor cărora le predam aceste lucruri nu s-au îmbunătăţit aşa de dramatic ca a mea, indiferent de câte cursuri ar fi frecventat ei, aşa încât am continuat să caut răspunsuri mai precise.

Seth vorbeşte despre Crearea Propriei Realităţi

În timp ce căutarea mea de-o viaţă de a descoperi răspunsuri semnificative la întrebările mele persista, şi în timp ce dorinţa mea de a găsi un mod de a-i ajuta pe alţii să-si împlinească scopurile devenea mai mare ca oricând, am fost temporar deviat de la toate acestea de noua viaţă pe care Esther şi cu mine ne-o clădeam împreună, în Phoenix, Arizona. Eram căsătoriţi din 1980 după ce ne cunoscusem de câţiva ani şi descoperisem că suntem inexplicabil de compatibili. Trăiam bucuria zi după zi, explorând noul nostru oraş, amenajându-ne noul nostru cămin, şi descoperind cum e noua noastră viaţă împreună. Şi deşi Esther nu împărtăşea întocmai la fel setea mea de cunoaştere sau foamea mea de răspunsuri, ea era mereu interesată de viaţă, întotdeauna fericită şi era o companie foarte plăcută.

Într-o zi pe când petrecusem ceva timp într-o bibliotecă, mi-a sărit în ochi o carte intitulată *Seth vorbeşte* de Jane Roberts şi încă înainte de a putea să

scot cartea din raft, am simţit din nou cum se ridică părul pe mine şi mă trec fiorii pe tot corpul. Am frunzărit paginile cărţii, întrebându-mă oare ce putea să conţină de trezise aşa un răspuns emoţional în mine.

În perioada în care Esther şi cu mine fusesem împreună, eu descoperisem doar un singur punct de disensiune între noi: ea nu voia să audă nimic din experienţele mele cu tabla Ouija. De fiecare dată când eu mă lansam în relatarea a ceea ce era un fapt extrem de antrenant (după părerea mea), ea se ridica şi ieşea din cameră. Ea fusese învăţată în copilărie să aibă o teamă uriaşă vis-a-vis de orice nu era concret, material, şi deoarece nu voiam să o deranjez, am încetat să mai spun aceste poveşti, cel puţin când era şi ea prin preajmă. Şi astfel, nu am fost tocmai surprins atunci când Esther a refuzat să audă si despre cartea *Seth vorbeşte*...

Autoarea Jane Roberts intra într-un fel de transă şi îi permitea lui Seth, o entitate imaterială, să vorbească prin intermediul ei cu scopul de a dicta o serie de cărţi extrem de pline de influenţă. Am găsit că aceste lucrări erau stimulatoare şi fascinante, şi am început să întrevăd calea către unele dintre răspunsurile la lunga mea listă de întrebări. Dar Esther era înspăimântată de această carte. Disconfortul ei a ieşit imediat la iveală auzind de modalitatea în care fusese scrisă cartea, şi a luat o formă extrem de intensă atunci când a zărit pe coperta de la sfârşitul cărţii ciudata poză a lui Jane, în transă, vorbind în numele lui Seth.

„Poţi să citeşti cartea dacă vrei - mi-a spus Esther - dar te rog să nu o aduci în dormitorul nostru".

Eu am fost întotdeauna adeptul ideii de a judeca pomul după roade, aşa încât oricare ar fi lucrul pe care l-aş lua în considerare, l-aş analiza din punctul de vedere al modului în care eu simt acel lucru... şi erau atâtea părţi din materialul acela care mie mi se păreau a fi aşa cum trebuie. Aşa că pentru mine nu conta de unde venea sau cum era prezentat, în esenţă eu simţeam că descoperisem informaţii valoroase pe care le puteam folosi - şi pe care puteam să le transmit mai departe altor oameni care credeam că le-ar putea folosi. Eram entuziasmat!

TEMERILE MELE AU FOST ÎNLĂTURATE

de Esther HICKS

Credeam că era atât înţelept cât şi foarte drăguţ din partea lui Jerry că nu îmi băga pe gât cărţile cu Seth, pentru că realmente simţeam o puternică aversiune faţă de ele. Toată ideea aceasta de a fi în contact cu o fiinţă imaterială mă făcea să mă simt extrem de neplăcut, aşa că, deoarece Jerry nu voia să mă deranjeze, se trezea dis de dimineaţă, pe când eu încă mai

dormeam şi îşi citea cărţile. Gradat, pe măsură ce descoperea câte ceva care i se părea în mod deosebit interesant, o strecura uşor în discuţie şi astfel, fiind într-o stare în care nu mai opuneam nici cea mai mică rezistenţă, puteam adesea să receptez importanţa ideii.

Încetul cu încetul, Jerry îmi prezenta conceptele unul după altul, până când am început să simt un adevărat interes faţă de acele lucrări cu adevărat uimitoare. În cele din urmă, a devenit ritualul nostru de dimineaţă. Stăteam împreună şi Jerry îmi citea din cărţile lui *Seth*.

Temerile mele nu se întemeiau pe nici-o experienţă personală negativă, ci pe ceea ce culesesem din auzite, probabil de la alţii care şi ei vorbeau din auzite. Uitându-mă acum în urmă, mi se pare complet lipsit de sens că aveam acele temeri. În orice caz, am trăit o adevărată schimbare de atitudine odată ce am realizat că în ceea ce privea experienţa mea personală... simţeam că totul este bine.

Pe măsură ce trecea timpul, şi pe măsură ce scădea teama mea legată de modul în care Jane primise informaţiile, am început să simt o imensă apreciere pentru aceste cărţi minunate. De fapt ne implicasem cu atâta bucurie în ceea ce citeam, că ne gândeam chiar să facem o excursie la New York pentru a ne întâlni cu Jane şi cu soţul ei Robert - şi poate chiar cu Seth! Ce departe ajunsesem, că acum voiam chiar să întâlnesc această entitate imaterială. Dar numărul de telefon al autoarei nu era tipărit, aşa că nu ştiam exact ce ar fi trebuit să facem pentru a reuşi să ne întâlnim.

Într-o zi luam prânzul într-o cafenea micuţă de lângă o librărie din Scottsdale, Arizona şi Jerry frunzărea o carte nouă pe care tocmai o achiziţionase, când un străin care stătea în apropiere ne-a întrebat: „Aţi citit vreuna din cărţile lui *Seth*?

Nu ne venea să credem ce auzeam, pentru că noi nu spusesem nimănui că citeam acele cărţi. Apoi bărbatul a întrebat: „Ştiaţi că Jane Roberts a murit?”

Îmi amintesc cum mi s-au umplut ochii de lacrimi la auzul acestei veşti. Era ca şi cum cineva mi-ar fi spus că murise sora mea şi eu nu ştiusem nimic despre asta. Era şocant. Ne-am simţit atât de dezamăgiţi, realizând că acum nu mai era posibil să ne mai întâlnim vreodată cu Jane şi Rob... sau Seth.

Sheila este „un canal” pentru Theo

Cam la o zi după ce am aflat de moartea lui Jane, am luat cina cu prietenii şi asociaţii noştri, Nancy şi soţul ei, Wes. „Avem o bandă pe care am vrea să o ascultaţi”, a spus Nancy, împingând o casetă în mâna mea. Purtarea prietenilor noştri mi se părea ciudată; pur si simplu era ceva straniu. De fapt, am avut acelaşi sentiment venind din partea lor ca atunci când Jerry descoperise cărţile cu Seth. Era ca şi cum ei aveau un secret pe care doreau să ni-l împărtăşească, dar erau îngrijoraţi de modul în care vom

reacţiona atunci când îl vom afla.

„Ce este asta?” am întrebat eu.

„Este ceva transmis mediumic” a spus Nancy în şoaptă.

Nu cred că eu sau Jerry mai auzisem acest cuvânt înainte. „Cum adică, mediumic?” am întrebat.

Pe măsură ce Nancy şi Wes îşi prezentau explicaţiile lor scurte şi oarecum diferite, atât Jerry cât şi eu am realizat că ei descriau procesul prin care fuseseră scrise cărţile lui *Seth*. „Numele ei este Sheila” au continuat ei, „şi ea vorbeşte în numele unei entităţi numite Theo. Ea va veni la Phoenix, şi puteţi să stabiliţi o întâlnire ca să vorbiţi cu ea dacă vreţi.”

Ne-am hotărât să stabilim o întâlnire, şi încă îmi amintesc cât de emoţionaţi eram. Ne-am întâlnit într-o casă minunat proiectată (de către Frank Lloyd Wright) din Phoenix. Era ziua în amiaza mare şi, spre uşurarea mea, nu s-a petrecut nimic cât de cât ciudat. Totul era foarte confortabil şi plăcut. Pe când stăteam şi discutam cu Theo inai bine spus, pe când Jerry discuta - eu nu cred că am scos vreun cuvânt în timpul acelei întâlniri), am fost absolut uluită!

Jerry avea un carneţel plin cu întrebări, unele pe care zicea că le scrisese pe când avea doar şase ani. Era atât de entuziasmat, punând întrebările una după alta şi uneori intervenind în mijlocul unui răspuns pentru a întreba altceva, astfel încât să poată primi cât mai multe răspunsuri înainte de a se termina timpul acordat întâlnirii. Jumătatea de oră a trecut foarte iute şi noi ne simţeam minunat!

„Putem să revenim mâine?” am întrebat eu, pentru că acum eu eram cea care avea o listă de întrebări pentru Theo.

Să meditez?

Când ne-am întors a doua zi, l-am întrebat pe Theo (prin Sheila) ce putem face pentru ca să ne apropiem mai iute de scopurile noastre. Theo a spus: *Afirmaţii*, şi apoi mi-a dat un exemplu minunat: *Eu, Esther Hicks, văd şi atrag către mine, prin Iubirea Divină, acele fiinţe care caută iluminarea prin ceea ce eu fac. Această comuniune mă înalţă şi pe mine şi pe ele, acum.*

Jerry şi cu mine ştiam despre afirmaţii; noi le foloseam deja. Şi atunci am întrebat: „Şi altceva?” Theo a răspuns: *Meditează*. Ei bine, eu personal nu cunoşteam pe nimeni care medita, dar întreaga idee mi s-a părut ciudată. Nu mă vedeam făcând asta. Jerry spunea că el o asocia cu oameni care văd cât de rele ar putea deveni vieţile lor - cât de multă sărăcie sau suferinţă ar putea să ducă - şi încă mai trăiesc, în mintea mea, meditaţia intra în aceeaşi categorie stranie cu a merge pe cărbuni încinşi sau a sta întins pe un pat de cuie sau într-un picior întreaga zi, cu mâna întinsă la cerşit.

Şi atunci l-am întrebat pe Theo: „Ce vrei să spui prin a medita?”

Theo a răspuns: *„Timp de 15 minute zilnic, stai într-o cameră liniştită,*

îmbrăcată în haine comode, şi focalizează-te asupra respiraţiei tale. Şi atunci când mintea începe să rătăcească, aşa cum se întâmplă de obicei, doar lasă gândurile libere şi focalizează-te din nou asupra respiraţiei tale."

Păi, asta nu sună chiar atât de ciudat, am gândit eu.

Am întrebat dacă pot să o aduc pe fiica noastră de 14 ani, Tracy, ca să vorbească cu Theo şi răspunsul a fost: *Doar dacă ea cere asta, dar nu este necesar - pentru că şi voi sunteţi canale*. Îmi amintesc cât de puţin plauzibil mi se părea ca noi să nu fi ştiut până atunci un lucru aşa de ciudat - sau important - cum este a fi canal. Şi atunci reportofonul a ţăcănit uşor, indicând încă o dată faptul că timpul nostru expirase.

Nu-mi venea să cred cât de iute trecuse timpul. Şi astfel, uitându-mă peste lista cu întrebări care nu îşi primiseră încă răspunsul, Stevie, prietena lui Sheila care înregistrase întâlnirea şi luase notiţe, probabil că mi-a observat frustrarea, pentru că m-a întrebat: „Mai ai vreo ultimă întrebare? Ai dori să cunoşti numele ghidului *tău* spiritual?"

Acesta nu era genul de întrebare care mi-ar fi trecut prin minte, deoarece nu mai auzisem niciodată până atunci termenul de *ghid spiritual*. Dar mi-a plăcut cum sună, aşa că am spus: „Da, cine este ghidul meu spiritual?"

Theo a spus: *Ni se spune că ţi se va transmite aceasta personal. Vei avea o experienţă de claraudiţie, şi vei afla.*

În acea zi am părăsit acea casă frumoasă simţindu-ne mai bine ca niciodată. Theo ne încurajase să medităm împreună. *Pentru că voi doi sunteţi compatibili, va avea un efect mai puternic*. Şi astfel, urmând sugestiile lui Theo, ne-am dus direct acasă, ne-am pus halatele de baie (cele mai confortabile haine pe care le aveam), am tras draperiile de la camera de zi şi ne-am aşezat cu intenţia de a medita (indiferent ce însemna asta). Îmi amintesc cum mă gândeam că *voi medita zilnic 15 minute, şi voi afla numele ghidului meu spiritual*. Ni s-a părut ciudat, lui Jerry şi mie, să facem împreună acest lucru neobişnuit, aşa că ne-am aşezat în balansoare, având o etajeră între noi astfel încât să nu putem să ne vedem unul pe celălalt.

Ceva a început „să mă respire"

Instrucţiunile lui Theo asupra procesului meditaţiei fuseseră foarte scurte: *„Timp de 15 minute zilnic, stai într-o cameră liniştită, îmbrăcată în haine comode, şi focalizează-te asupra respiraţiei tale. Şi atunci când mintea începe să rătăcească, aşa cum se întâmplă de obicei, doar lasă gândurile libere şi focalizează-te din nou asupra respiraţiei tale."*

Aşa că am pus cronometrul să sune după 15 minute şi m-am lăsat în scaunul meu mare şi comod, focalizându-mă asupra respiraţiei. Am început să îmi număr respiraţiile, inspiraţiile şi expiraţiile. Aproape imediat am început să simt că mă ia un soi de amorţeală. Era o senzaţie extrem de agreabilă, îmi plăcea.

Cronometrul a dat alarma şi m-a făcut să tresar. După ce am redevenit conştientă de prezenta lui Jerry şi de faptul că mă aflam în cameră, am exclamat: „Hai s-o facem din nou!” Am potrivit din nou cronometrul să sune peste încă 15 minute, şi din nou am avut acea minunată senzaţie de detaşare sau amorţeală. De această dată nu am putut să mai simt scaunul sub mine. Era ca şi cum aş fi fost suspendată acolo în cameră şi nu mai exista nimic altceva.

Aşa că am fixat din nou cronometrul pentru alte 15 minute, şi din nou m-am afundat în acest sentiment nou şi delicios de detaşare - după care am avut o senzaţie incredibilă de a fi „respirată”. Era ca şi cum ceva puternic şi iubitor îmi umplea plămânii cu aer şi apoi îi golea. Acum îmi dau seama că acela a fost primul meu contact puternic cu Abraham, dar în acel moment tot ce ştiam era că, prin întregul meu corp curgea ceva mai iubitor decât tot ceea ce cunoscusem până atunci. Jerry a spus că atunci când a sesizat diferenţa în modul în care se auzea respiraţia mea, s-a uitat la mine după etajeră şi i s-a părut că eram într-o stare de extaz.

Atunci când a sunat cronometrul şi eu am început să redevin conştientă de mediul înconjurător, aveam senzaţia unei Energii care se mişca prin mine şi care nu semăna cu nimic din ceea ce mai simţisem înainte. A fost cea mai extraordinară experienţă din viaţa mea, şi dinţii mei au bâzâit (nu clănţănit) timp de câteva minute.

Ce succesiune uimitoare de evenimente duseseră la această întâlnire mai degrabă incredibilă cu Abraham: temerile iraţionale pe care le purtasem cu mine întreaga viaţă, care nu se bazau de fapt pe nimic trăit de mine, fuseseră înlăturate şi fuseseră înlocuite de trăirea celei mai pline de iubire întâlniri cu energia Sursă. Nu citisem niciodată nimic care să îmi fi dat vreo înţelegere reală asupra a ce sau cine era Dumnezeu, dar am ştiut că tocmai aceasta trebuia să fie ceea ce experimentasem.

Nasul meu spune alfabetul pe litere

Datorită faptului că prima noastră încercare fusese o experienţă atât de puternică şi de plină de emoţie, ne-am hotărât să alocăm 15-20 de minute zilnic pentru meditaţie. Şi astfel timp de nouă luni, Jerry şi cu mine am stat în balansoare, respirând în tăcere şi simţind starea de bine. Şi apoi, chiar înainte de Ziua Recunoştinţei din 1985, în timp ce meditam, am experimentat ceva nou: capul meu a început să se mişte foarte blând. Era o senzaţie foarte plăcută, în starea aceea de detaşare, să simt senzaţia acelei mişcări subtile. Era aproape la fel ca senzaţia de a zbura.

Nu gândeam nimic anume despre asta, cu excepţia faptului că ştiam că nu eu făceam asta şi că era o experienţă extrem de plăcută. Capul meu s-a tot mişcat în felul acesta vreo două-trei zile de câte ori meditam, şi cam prin a treia zi, mi-am dat seama că totuşi capul meu nu se rotea aşa, aiurea şi fără sens - de fapt se mişca ca şi cum nasul meu desena litere, aşa cum scrii

cu creta pe tablă. Am exclamat cu stupoare: „Jerry, scriu alfabetul cu nasul!”

Devenind conştientă că se petrecea ceva remarcabil şi că cineva îmi oferea astfel o formă de comunicare, am început să simt valuri intense de fiori care îmi străbăteau corpul. Niciodată până atunci şi nici de atunci încolo nu am mai simţit intensitatea unor asemenea senzaţii minunat de incitante înfiorându-mi corpul. Şi apoi ei au scris - cu nasul meu - *Eu sunt Abraham. Sunt ghidul tău spiritual Te iubesc. Sunt aici ca să lucrez cu tine.*

Jerry şi-a scos caieţelul şi a început să consemneze tot ceea ce eu scriam în acest mod neobişnuit, cu nasul. Literă cu literă, Abraham a început să răspundă la întrebările lui Jerry, uneori şi cu orele la o singură şedinţă. Eram atât de entuziasmaţi că intrasem în legătură cu Abraham în felul acesta!

Abraham începe să dactilografieze alfabetul

Acesta era un mod de a comunica destul de lent şi de neobişnuit, dar Jerry primea răspunsuri la întrebările sale, şi experienţa era absolut vie şi dătătoare de bucurie pentru amândoi. Aşa că, timp de două luni, Jerry a pus întrebări, iar Abraham i-a răspuns scriind literele prin ghidarea mişcările nasului meu, iar Jerry a scris totul. Apoi într-o noapte stăteam întinşi în pat, şi mâna mea a început să alunece uşor pe pieptul lui Jerry. Am fost surprinsă şi i-am explicat că: „Nu sunt eu, trebuie că ei fac asta.” Şi apoi am simţit un impuls puternic de a bate la maşina de scris.

M-am dus la maşina de scris şi mi-am pus mâinile peste claviatură, şi în acelaşi mod în care capul meu se mişcase involuntar pentru a scrie litere în aer cu nasul, mâinile mele au început să se mişte pe claviatura maşinii de scris. Se mişcau atât de repede şi cu atâta putere încât lui Jerry i s-a părut a fi oarecum alarmant. El stătea alături de mine, gata să mă prindă de mâini dacă ar fi fost nevoie, pentru că nu voia ca să-mi rănesc degetele. Mi-a spus că se mişcau atât de repede încât abia le putea vedea. Dar nu era nimic pentru care să te alarmezi.

Degetele mele atingeau fiecare tastă, de multe, multe ori înainte de a începe să scrie literele alfabetului, şi pe urmă treceau să scrie aproape o pagină cu propoziţia ***vreausăscriuvreausăscriuvreausăscriu***, fără litere mari sau spaţii între cuvinte. Apoi degetele mele începeau să scrie un mesaj, încet şi metodic, cerând să fiu la maşina de scris în fiecare zi timp de 15 minute. Şi acesta este modul în care am comunicat următoarele două luni.

Cel care scrie devine cel care vorbeşte

Într-o zi conduceam pe autostradă micul nostru Cadillac Seviile, şi pe fiecare latură a noastră era un tir mare cu 18 roţi, respectiv un trailer. Această porţiune a autostrăzii nu părea să aibă parapetul corespunzător

întărit, astfel încât atunci când toţi trei am început să luăm curba în acelaşi timp, ambele camioane au părut că se bagă în faţa noastră pe banda pe care ne aflam noi. Ni s-a părut că urma să fim striviţi de aceste vehicule mari. În mijlocul acelor emoţii intense, Abraham a început să vorbească. Am simţit cum mi se întinde maxilarul cam ca atunci când îţi vine să caşti şi apoi gura mea a început involuntar să alcătuiască aceste cuvinte: *Folosiţi următoarea ieşire de pe autostradă*. Şi aşa am făcut. Am stat lângă acea trecere de nivel, şi Jerry a vorbit cu Abraham multe ore în acea zi. A fost foarte palpitant!

Deşi mă simţeam cu fiecare zi tot mai în largul meu odată cu evoluţia procesului de „traducere” a ceea ce spunea Abraham, l-am rugat pe Jerry să păstreze asta doar între noi, pentru că mi-era teamă de cum ar putea reacţiona alţii dacă ar afla ce mi se întâmplă. Totuşi, cu timpul, o mână de prieteni apropiaţi au început să se adune pentru a dialoga cu Abraham, şi cam un an mai târziu ne-am hotărât să ne deschidem şi să prezentăm aceste învăţături publicului, şi aşa facem şi în ziua de azi.

Evoluţia experienţei mele cu traducerea acestor vibraţii transmise de Abraham continuă în fiecare zi. Fiecare seminar ne lasă pe Jerry şi pe mine uluiţi de claritatea, înţelepciunea şi iubirea lor (entităţile numite Abraham).

Într-o zi am râs până nu am mai putut având această revelaţie: „Mie mi-era aşa de teamă doar de ideea de tablă Ouija, şi acum am devenit eu însămi una”.

Delicioasele experienţe cu Abraham continuă

Niciodată nu suntem în stare să găsim cuvintele potrivite pentru a descrie ceea ce simţim lucrând cu Abraham. Jerry pare să fi ştiut din totdeauna ce îşi dorea cel mai mult, şi el găsise moduri de a obţine aceasta cu mult înainte de a-l fi întâlnit pe Abraham. Dar mi-a spus că ceea ce l-a făcut Abraham să obţină a fost o anumită conştientizare a scopului nostru aici, şi o claritate absolută asupra modului în care îl realizăm sau nu, şi odată cu asta, cunoaşterea faptului că avem controlul deplin. Nu există întreruperi „rele” sau zile cu ghinion, şi nici nu e cazul să joci după cum îţi cântă altcineva. De asemenea... suntem liberi... suntem creatorii absoluţi ai experienţelor noastre - şi asta ne place la nebunie!

Abraham a explicat că soţul meu şi cu mine alcătuiam combinaţia perfectă pentru a prezenta aceste învăţături, deoarece dorinţa puternică a lui Jerry de a găsi răspuns la întrebările lui îl atrăgeau pe Abraham către noi, iar eu eram capabilă să îmi liniştesc mintea, înlăturându-i rezistenţa, cu scopul de a permite răspunsurilor să apară.

E nevoie de foarte puţin timp ca eu să îl las pe Abraham să vorbească prin mine. Din punctul meu de vedere, eu doar stabilesc ferm intenţia: *Abraham, vreau să rostesc limpede ceea ce tu vrei să spui*, şi apoi mă focalizez asupra respiraţiei. În câteva secunde, pot simţi limpezimea,

iubirea, şi puterea lui Abraham crescând în mine, şi de aici suntem gata...

AM O CONVERSAŢIE CU ABRAHAM

de Jerry Hicks

Şi astfel, aventura cu Abraham, prin intermediul lui Esther, continuă să mă incite, pentru că am descoperit o sursă inepuizabilă de răspunsuri la întrebările aparent fără sfârşit pe care propria mea experienţă de viaţă le tot scotea la iveală.

În primele luni după ce l-am întâlnit pe Abraham, Esther şi cu mine stabilisem o perioadă de timp în fiecare zi ca să stăm de vorbă cu Abraham, căci începeam să îmi croiesc drum prin lista mea de întrebări. Mai încolo, pe măsură ce Esther se relaxa tot mai mult la ideea că ea era cineva care poate să îşi liniştească mintea şi să îi permită acestei inteligenţe infinite să curgă prin ea, am început gradat să lărgim cercul de prieteni şi asociaţi care să se adune să discute amănunte din viaţa lor cu Abraham.

Era cam pe la începutul experienţei noastre când i-am prezentat lui Abraham lista mea de întrebări arzătoare. Sper că aceste răspunsuri la întrebările *mele* de început vor fi destul de satisfăcătoare şi pentru voi. Desigur, din acel moment în care îl băteam la cap pe Abraham cu întrebările mele, am întâlnit mii de oameni care au dus aceste întrebări chiar mai departe şi care şi-au adăugat propriile lor întrebări importante la listă, şi cărora Abraham le-a oferit dragostea şi strălucirea proprie. Dar cele ce urmează sunt chiar începuturile mele cu Abraham.

(Nu am cum să înţeleg de ce anume Esther este capabilă să îl lase pe Abraham să vorbească prin intermediul ei. Din punctul meu de vedere, Esther îşi închide ochii şi respiră foarte adânc de câteva ori. Capul ei se mişcă afirmativ de câteva ori, după care deschide ochii şi Abraham mi se adresează direct, după cum urmează.)

Noi (Abraham) suntem profesori

Abraham: Bună dimineaţa! Mă bucur că am ocazia să vă vizitez. Vă apreciem, atât pe Esther, pentru că dă voie să se realizeze această comunicare prin intermediul ei, cât şi pe tine, pentru că ceri aceasta. Am analizat valoarea imensă a acestei interacţiuni, deoarece va oferi prietenilor noştri fizici o introducere la ceea ce suntem noi. Dar această carte face mai mult decât doar să îl prezinte pe Abraham lumii voastre fizice, această carte va oferi o prezentare a rolului deţinut de lumea subtilă în lumea voastră fizică, deoarece să ştiţi că aceste lumi sunt în mod inextricabil legate una de

cealaltă. Ele nu pot fi separate una de cealaltă.

De asemenea, în scrierea acestei cărţi, împlinim o înţelegere pe care noi am făcut-o cu mult înainte ca voi să vă încarnaţi în aceste corpuri. Noi, Abraham, am fost de acord să rămânem aici, focalizaţi asupra acestei perspective subtile mai largi, mai limpezi, şi prin urmare, mai puternice, în timp ce voi, Jerry şi Esther, aţi fost de acord să mergeţi mai departe asumându-vă aceste corpuri minunate şi ajungând la măiestrie în stăpânirea gândurilor şi creaţiei. Şi odată ce experienţele voastre de viaţă ar fi stimulat în voi o dorinţă clară şi puternică, înţelegerea noastră prevedea că ne vom da întâlnire cu scopul de a fi parteneri în realizarea unei creaţii puternice.

Jerry, noi suntem dornici să răspundem lungii tale liste de întrebări (pregătite cu atâta atenţie şi „ascuţite” de diferitele experienţe din viaţa ta), pentru că avem multe de comunicat prietenilor noştri fizici. Vrem să înţelegeţi cât este de magnifică Fiinţa voastră, şi am vrea să înţelegeţi cine sunteţi cu adevărat şi de ce aţi venit în această dimensiune fizică.

Întotdeauna este o experienţă interesantă să explicăm prietenilor noştri încarnaţi aceste lucruri care sunt de natură subtilă, deoarece tot ceea ce vă oferim trebuie apoi „tradus” prin lentilele lumii voastre fizice. Cu alte cuvinte, Esther recepteză gândurile noastre, asemenea undelor radio, la an nivel inconştient al Fiinţei sale, şi apoi le transpune în cuvinte şi concepte fizice. Ceea ce rezultă aici este amestecul perfect dintre fizic si subtil.

Deoarece suntem capabili să vă ajutăm să înţelegeţi existenţa tărâmului subtil despre care vorbim, vă vom asista ca să înţelegeţi mai clar cine sunteţi, pentru că, într-adevăr, voi sunteţi o extensie a ceea ce suntem noi.

Aici se află mai mulţi dintre noi şi ne-am adunat împreună datorită similitudinii de intenţii şi dorinţe care ne animă. În lumea voastră fizică, ne cheamă *Abraham*, şi suntem cunoscuţi ca Învăţători, adică cei care au o înţelegere mai amplă, şi care îi pot conduce şi pe alţii să ajungă la această înţelegere. Ştim că doar cuvintele nu te fac să înveţi ci doar experienţele de viaţă te fac să înveţi cu adevărat, dar combinaţia dintre experienţele de viaţă şi cuvintele care explică şi definesc pot să îmbogăţească învăţarea – şi în acest spirit vă oferim aceste cuvinte.

Există *Legi Universale* care afectează tot ceea ce se află în Univers, atât ceea ce este material, cât şi ceea ce este imaterial. Aceste Legi sunt absolute, sunt eterne şi omniprezente. Atunci când deveniţi conştienţi de aceste *Legi* şi vă străduiţi să le înţelegeţi, experienţa voastră de viaţă este îmbogăţită în mod semnificativ. De fapt, numai atunci când aveţi o cunoaştere activă şi conştientă a acestor *Legi* sunteţi capabili să fiţi cei care îşi creează în mod deliberat propriile experienţe de viaţă.

Aveţi o Fiinţă Interioară

Deşi sunteţi în mod sigur fiinţe materiale pe care le puteţi vedea în contextul vostru fizic, sunteţi cu mult mai mult decât vedeţi cu ochii fizici.

De fapt sunteţi o extensie a sursei subtile de energie. Cu alte cuvinte, acea fiinţă subtilă mai amplă, mai bătrână şi mai înţeleaptă care sunteţi voi este acum cuprinsă în corpul fizic pe care îl identificaţi cu voi înşivă. Ne vom referi la partea subtilă din voi ca fiind *Fiinţa voastră interioară*.

Fiinţele fizice cred adesea că ele sunt fie moarte, fie vii, şi continuând acest mod de a gândi, uneori ajung să îşi dea seama că au trăit şi într-o dimensiune subtilă înainte de a veni în corpurile fizice şi că după moartea lor fizică, se vor reîntoarce în acel tărâm imaterial. Dar foarte puţini oameni înţeleg de fapt că acea parte imaterială din ei rămâne în mod curent, predominant şi cu multă putere concentrată în acel tărâm subtil, în timp ce o parte din ea pătrunde în această perspectivă fizică şi în corpul lor fizic de acum. Înţelegerea atât a acestor două dimensiuni cât şi a relaţiei dintre ele este esenţială pentru o adevărată înţelegere a ceea ce sunteţi şi ceea ce intenţionaţi să faceţi atunci când v-aţi încarnat. Unii numesc această parte imaterială „sine" sau „suflet". Nu contează cum îi spuneţi, dar este foarte important pentru voi să conştientizaţi că *Fiinţa Interioară* există, pentru că numai atunci când înţelegeţi în mod conştient legătura dintre voi şi *fiinţa voastră interioară* aveţi cu adevărat ghidare.

Nu vrem să vă schimbăm convingerile

Nu am venit ca să vă schimbăm convingerile, ci ca să vă familiarizăm din nou cu *Legile Eterne ale Universului*, astfel încât să puteţi fi creatorii conştienţi care aţi ales să deveniţi, deoarece voi, şi nu altcineva, atrageţi în viaţa voastră ceea ce aveţi.

Noi nu venim acum în faţa voastră pentru a vă face să credeţi în ceva anume, pentru că nu vrem să schimbăm nimic din ceea ce voi credeţi. Şi contemplând acest minunat plan fizic al Pământului, vedem o mare diversitate în credinţele voastre - şi în toată această diversitate există ur. echilibru perfect.

Vă vom prezenta aceste *Legi Universale* într-o formă simplă. Şi vă vom oferi de asemenea procese practice prin care puteţi accesa la voinţă *Legile* pentru a putea să realizaţi ceea ce este important pentru voi. Şi deşi ştim că vă veţi bucura de controlul creator pe care veţi descoperi că puteţi să îl exercitaţi asupra propriei voastre vieţi, ştim că cel mai valoros lucru va fi libertatea pe care o veţi descoperi pe măsură ce învăţaţi să aplicaţi *Arta de a Da Voie.*

Deoarece cea mai mare parte dintre voi cunoaşte deja aceste lucruri, noi considerăm că munca noastră constă în a vă reaminti ceea ce, la un anumit nivel, deja ştiţi. Noi sperăm ca, pe măsură ce citiţi aceste cuvinte, dacă şi voi doriţi, să fiţi ghidaţi pas cu pas către o Trezire - recunoaşterea fiinţei complete care sunteţi.

Voi sunteţi preţioşi pentru *Tot Ceea Ce Este*

Dorinţa noastră este ca voi să înţelegeţi din nou imensa valoare pe care o aveţi pentru *Tot Ceea Ce Este*, deoarece voi cu adevărat sunteţi o culme a gândirii, şi cu fiecare gând, cuvânt sau faptă, participaţi la ceea ce este Universul. Voi nu sunteţi fiinţe inferioare care caută să-i ajungă pe alţii din urmă, şi sunteţi creatori de vârf, având la dispoziţie toate resursele Universului.

Noi vrem ca voi să vă cunoaşteţi valoarea, deoarece în absenţa acestei înţelegeri, nu veţi intra în posesia a ceea ce vă revine de fapt. Prin lipsa voastră de autoapreciere, vă negaţi dreptul de a moşteni bucuria permanentă. Şi în timp ce Universul continuă să beneficieze de pe urma a tot cea ce voi trăiţi, dorinţa noastră este ca *şi voi* să începeţi să culegeţi roadele muncii voastre chiar aici şi acum.

Ştim cu certitudine că veţi găsi cheile care vă vor conduce la a trăi ceea ce vă doreaţi încă dinainte de a vă incarna în acest corp fizic. Vă vom oferi ajutorul nostru în a vă realiza scopul vieţii, şi ştim că acesta este important pentru voi, deoarece vă auzim cum întrebaţi: *De ce mă aflu aici? Ce pot face pentru ca viaţa să fie mai bună? Cum pot să ştiu ce este bine?* Şi noi suntem aici tocmai pentru a răspunde în amănunţime acestor întrebări.

Suntem gata să auzim întrebările voastre.

INTRODUCERE LA A TRĂI STAREA DE BINE

Jerry: Abraham, ceea ce mi-ar plăcea ar fi o carte introductivă, scrisă special pentru acei oameni care doresc să dobândească controlul conştient asupra propriei lor vieţi. Mi-ar plăcea să fie suficientă informaţie şi ghidare în acest unic volum astfel încât fiecare cititor să poată începe imediat să folosească aceste idei, şi prin urmare să experimenteze imediat o creştere a stării sale de fericire, sau a stării sale de bine... înţelegând că ei probabil vor dori în continuare lămuriri asupra unor puncte specifice ceva mai târziu.

Abraham: Fiecare va începe chiar din punctul în care se află şi noi sperăm că cei care caută vor primi răspunsurile pe care le doresc chiar în această carte. Niciunul dintre noi nu poate oferi tot ceea ce cunoaşte sau ar vrea să exprime la un moment dat. Şi astfel, vă vom oferi o bază clară de înţelegere a *Legilor Universului* aici, ştiind că unii vor fi interesaţi să meargă dincolo de ceea ce este scris, alţii nu. Munca noastră evoluează în permanenţă prin întrebările care sunt puse ca rezultat al stimulării ce apare în urma discuţiilor. Nu există capăt al evoluţiei noastre a tuturor.

Legile Universale: definiţie

Acestea sunt cele trei *Legi Universale Eterne* pe care vrem să vă ajutăm să le înţelegeţi mai clar astfel încât să le puteţi aplica la voinţă, în mod eficient şi satisfăcător de-a lungul a ceea ce este viaţa voastră în planul fizic.

Legea Atracţiei este prima dintre legile pe care vi le vom oferi, pentru că dacă nu înţelegeţi şi nu sunteţi în stare să aplicaţi eficient această lege, atunci cea de-a doua lege, *Ştiinţa Creaţiei la Voinţă*, şi a treia, *Arta de a Da Voie*, nu pot fi folosite. Mai întâi trebuie să înţelegeţi şi să folosiţi eficient prima lege, pentru ca să o puteţi înţelege şi utiliza pe cea de a doua. Şi trebuie să fiţi în stare să înţelegeţi şi să utilizaţi cea de a doua lege înainte de a fi capabilă de a o înţelege şi utiliza pe cea de a treia.

Prima lege, *Legea Atracţiei*, spune: *Cele care se aseamănă se atrag*. Chiar dacă pare o afirmaţie destul de simplă, ea defineşte cea mai puternică Lege din Univers - o lege care afectează tot ceea ce este în permanenţă. Nu există nimic care să nu fie afectat de această lege puternică.

A doua lege, *Ştiinţa Creaţiei la Voinţă* spune: *Ceea ce cred, aştept sau la ceea ce mă gândesc - există*. Pe scurt, obţineţi lucrurile la care vă gândiţi, fie că le doriţi sau nu. Ştiinţa Creaţiei la Voinţă reprezintă o aplicaţie deliberată a gândirii, pentru că dacă nu înţelegeţi aceste legi şi nu le aplicaţi în mod intenţionat, veţi crea lucrurile în mod automatic.

Cea de a treia lege, *Arta de a da voie*, spune: *Eu sunt ceea ce sunt şi doresc să îi las şi pe ceilalţi să fie ceea ce ei sunt*. Atunci când sunteţi dispuşi să îi lăsaţi şi pe ceilalţi să fie aşa cum sunt ei, chiar dacă ei nu vă lasă pe voi, atunci veţi deveni unul din *cei care dau voie*, dar nu prea se poate să ajungeţi în acest punct până nu ajungeţi mai întâi să înţelegeţi *cum* obţineţi ceea ce obţineţi.

Numai atunci când înţelegeţi că nimeni nu poate lua parte la ceea ce trăiţi decât dacă îi invitaţi prin gândurile voastre (sau prin atenţia ce le-o acordaţi), şi că împrejurările nu pot fi parte a experienţei voastre decât dacă le chemaţi prin intermediul gândurilor (sau al observaţiei), numai atunci veţi fi *Cel Care Dă Voie*, lucru pe care vi l-aţi dorit atunci când aţi venit în acest plan fizic.

Înţelegerea acestor trei puternice *legi universale* şi aplicarea lor în mod intenţionat vă va conduce la acea libertate plină de bucurie de a fi în stare să vă creaţi propria viaţă, exact aşa cum vreţi să fie. Odată ce înţelegeţi că toţi oamenii, toate conjuncturile şi toate evenimentele sunt chemate de către voi, prin intermediul gândurilor, veţi începe să vă trăiţi viaţa aşa cum aţi decis atunci când aţi luat hotărârea de a vă încarna în acest corp fizic. Şi astfel, înţelegerea puternicei *Legi a Atracţiei*, cuplată cu intenţia de *a vă crea la voinţă* propria voastră experienţă de viaţă, vor duce în cele din urmă la acea libertate neîngrădită care poate veni numai dintr-o completă înţelegere şi aplicare a *Artei de a da voie*.

PARTEA a II-a

LEGEA ATRACŢIEI

Legea universală a *atracţiei*: definiţie

Jerry: Ei bine, Abraham, presupun că primul subiect pe care îl vei discuta cu noi în detaliu este *Legea Atracţiei*. Ştiu că ai spus că aceasta este cea mai puternică lege.

Abraham: Nu numai că legea Atracţiei este cea mai puternică lege din Univers, dar trebuie înţeleasă prima, pentru ca ceea ce vă vom oferi mai departe să vă fie de vreun folos. Şi trebuie să înţelegeţi această lege mai înainte ca ceea ce trăiţi, sau ceea ce observaţi că trăiesc alţii, să capete vreun sens. Tot ceea ce este în viaţa voastră şi a altora este afectat de *Legea Atracţiei*. Ea este baza a tot ceea ce vedeţi că se manifestă. Este baza a tot ceea ce ajungeţi să experimentaţi. A fi conştienţi de *Legea Atracţiei* şi înţelegerea modului în care acţionează sunt esenţiale dacă doriţi să vă trăiţi viaţa având un anumit scop. De fapt, sunt esenţiale pentru a trăi viaţa plină de bucurie pentru care aţi decis să o trăiţi.

Legea Atracţiei spune: *Cele care se aseamănă se atrag*. Atunci când spuneţi: „Cine se aseamănă se adună" vorbiţi de fapt despre *Legea Atracţiei*. O vedeţi evidenţiată atunci când vă treziţi nefericiţi, şi când apoi, de-a lungul zilei lucrurile merg din ce în ce mai rău, şi la sfârşitul zilei spuneţi: „Nici nu trebuia să mă fi dat jos din pat". Vedeţi Legea Atracţiei pusă în evidenţă în societate atunci când vedeţi cum cel care vorbeşte cel mai mult despre boală este bolnav; atunci când vedeţi că cel care vorbeşte cel mai mult despre prosperitate, are prosperitate. Legea Atracţiei este evidentă atunci când reglaţi radioul pe 630 AM şi vă aşteptaţi să recepţionaţi postul care emite pe lungimea de undă de 630 AM, deoarece înţelegeţi că semnalele radio dintre emiţător şi receptor trebuie să se potrivească.

Pe măsură ce înţelegeţi - sau mai bine spus, pe măsură ce vă amintiţi - această puternică Lege a Atracţiei, dovada prezenţei sale în tot ceea ce vă înconjoară va deveni uşor de observat, pentru că veţi începe să recunoaşteţi corelaţiile exacte dintre ceea ce aţi gândit şi ceea ce ajungeţi să trăiţi efectiv. Nimic nu apare din senin în viaţa voastră. *Voi atrageţi - totul. Fără excepţii.*

Deoarece *Legea Atracţiei* răspunde tuturor gândurilor pe care le

menţineţi este mai corect să spunem că *voi vă creaţi propria voastră realitate*. Tot ceea ce trăiţi este atras către voi pentru că Legea Atracţiei răspunde gândurilor pe care le trimiteţi. Fie că vă aduceţi aminte de ceva din trecut, observaţi ceva din prezent sau vă imaginaţi ceva legat de viitor, gândul asupra căruia vă focalizaţi în puternicul prezent a activat în voi o anumită vibraţie - şi *Legea Atracţiei* îi răspunde acum.

Oamenii adesea explică, aflându-se în mijlocul unor lucruri nedorite care apar în viaţa lor, că ei sunt siguri că nu ei sunt cei care au creat asemenea situaţie. „Doar nu mi-aş fi făcut mie însumi una ca asta!” spun ei. Şi deşi ştim că nu în mod intenţionat aţi adus acest lucru nedorit în viaţa voastră, totuşi trebuie să vă spunem că numai voi singuri aţi putut să faceţi aceasta, pentru că nimeni altcineva nu are puterea de a atrage ceea ce vine spre voi. Focalizându-vă asupra acestui lucru nedorit, sau asupra esenţei sale, l-aţi creat în mod automat. Deoarece nu aţi înţeles *Legile Universului*, sau regulile jocului, ca să spunem aşa, aţi chemat în viaţa voastră lucrurile nedorite prin atenţia care le-aţi acordat-o.

Pentru a înţelege mai bine Legea Atracţiei, imaginaţi-v-o ca pe un magnet care atrage esenţa a ceea ce gândiţi şi simţiţi. Şi astfel, dacă vă simţiţi gras, nu puteţi atrage zvelteţea. Dacă vă simţiţi sărac nu puteţi atrage prosperitatea şi aşa mai departe. Este împotriva legii.

A te gândi la ceva înseamnă a-l chema

Cu cât înţelegeţi mai mult puterea Legii Atracţiei, cu atât veţi fi mai interesaţi să vă direcţionaţi în mod intenţionat gândurile - pentru că veţi obţine ceea ce gândiţi, fie că vreţi, fie că nu.

Fără excepţie, lucrul la care vă gândiţi este cel pe care începeţi să îl chemaţi în viaţa voastră. Atunci când vă gândiţi puţin la ceva ce doriţi, prin *Legea Atracţiei*, acel gând devine din ce în ce mai mare şi din ce în ce mai puternic. Atunci când vă gândiţi la ceva ce nu vă doriţi, *Legea Atracţiei* intervine şi el se face de asemenea din ce în ce mai mare. Şi astfel, cu cât mai mare devine gândul, cu atât mai multă forţă atrage, şi atunci este din ce în ce mai sigur că veţi ajunge să îl trăiţi.

Atunci când vedeţi ceva ce aţi dori să trăiţi şi voi şi spuneţi: „Da, mi-ar plăcea să am aceasta”, datorită atenţiei pe care i-o acordaţi, invitaţi acel lucru în viaţa voastră. Totuşi, atunci când vedeţi ceva ce nu aţi dori să experimentaţi şi strigaţi: „Nu, nu, eu nu doresc aceasta!” prin *atenţia* pe care i-o acordaţi, chemaţi acel lucru în viaţa voastră. În acest univers bazat pe atracţie, nu există excludere. Atenţia acordată unui lucru îl include în vibraţia voastră şi, dacă îl menţineţi suficient de mult timp în câmpul atenţiei sau conştiinţei voastre, *Legea Atracţiei* vă va face să îl trăiţi, deoarece nu există „Nu” . Pentru a clarifica, atunci când vă uitaţi la ceva şi strigaţi: „Nu, eu nu vreau să trăiesc asta, pleacă!” atunci ceea ce faceţi voi de fapt este să îl chemaţi în viaţa voastră, pentru că nu există negaţie în

acest Univers bazat pe atracţie. Atenţia pe care i-o acordaţi acelui lucru spune: „Da, vino la mine, tu, lucru pe care (nu) îl vreau!”

Din fericire, aici în realitatea acestui spaţiu-timp fizic în care vă aflaţi, lucrurile nu se manifestă în viaţa voastră instantaneu. Există o minunată rezervă de timp între ceea ce începeţi să gândiţi referitor la ceva şi timpul în care se manifestă. Această rezervă de timp vă dă ocazia să vă redirecţionaţi atenţia din ce în ce mai mult în sensul a ceea ce doriţi de fapt să manifestaţi în viaţa voastră. Şi cu mult înainte de a se manifesta (de fapt, atunci când începeţi prima dată să vă gândiţi la acel lucru), puteţi spune după modul în care vă *simţiţi*, dacă este ceva ce doriţi sau nu să se materializeze. Dacă continuaţi să îi acordaţi atenţie acelui lucru - fie că este ceva ce doriţi, fie că este ceva ce nu doriţi - el va veni în viaţa voastră.

Aceste Legi, chiar dacă nu înţelegeţi că acţionează, tot vă afectează viaţa, chiar şi dacă le ignoraţi. Şi chiar dacă nu sunteţi conştienţi că aţi auzit de această *Lege a Atracţiei*, efectul ei puternic este vizibil în fiecare domeniu al vieţii voastre.

Pe măsură ce analizaţi ceea ce citiţi aici şi începeţi să observaţi legătura dintre ceea ce gândiţi şi vorbiţi şi ceea ce obţineţi, veţi începe să înţelegeţi această puternică *Lege a Atracţiei*. Şi pe măsură ce vă orientaţi în mod conştient gândurile şi vă focalizaţi asupra lucrurilor pe care vreţi să le atrageţi în viaţa voastră, veţi începe să primiţi experienţele pe care le doriţi în toate domeniile.

Lumea voastră fizică este un loc vast şi divers, plin de o uimitoare varietate de evenimente şi conjuncturi, din care, cu unele dintre ele sunteţi de acord (şi v-ar plăcea să le experimentaţi), în timp ce pe altele le respingeţi (şi nu v-ar plăcea să le experimentaţi). Intenţia cu care aţi venit în acest plan fizic nu a fost aceea de a-i spune lumii să se schimbe ca să se potrivească cu părerile voastre despre cum ar trebui să fie lucrurile, eliminându-le pe cele cu care nu sunteţi de acord şi adăugându-le pe cele pe care le aprobaţi.

Voi sunteţi aici pentru a crea lumea din jurul vostru aşa cum alegeţi voi să fie, în timp ce îi permiteţi lumii să existe de asemenea - aşa cum îşi doresc alţii să fie. Şi în timp ce alegerile lor nu stingheresc în nici-un fel alegerile voastre, atenţia voastră orientată către ceea ce ei aleg vă afectează propria vibraţie, şi prin urmare propriul vostru punct de atracţie.

Gândurile mele au forţă magnetică

Legea Atracţiei şi forţa ei magnetică ajunge pretutindeni în Univers şi atrage alte gânduri care sunt înrudite din punct de vedere vibraţional... şi vă aduc aceasta: Atenţia pe care o acordaţi subiectelor, gândurile orientate asupra lor şi răspunsul *Legii Atracţiei* la aceste gânduri sunt responsabile pentru fiecare persoană, eveniment sau conjunctură cu care vă întâlniţi. Toate aceste lucruri sunt aduse în viaţa voastră printr-un fel de pâlnie

magnetică puternică, în măsura în care se aseamănă vibraţional cu gândurile voastre.

Voi primiţi esenţa a ceea ce vă gândiţi, fie că este ceva ce doriţi, fie că este ceva ce nu vă doriţi. Aceasta poate să vi se pară deranjant la început, dar sperăm că, cu timpul veţi ajunge să apreciaţi corectitudinea, consecvenţa şi caracterul absolut al acestei puternice *Legi a Atracţiei*. Odată ce înţelegeţi această lege şi începeţi să fiţi atenţi la lucrurile asupra cărora vă orientaţi atenţia, veţi redobândi controlul asupra propriei voastre vieţi. Şi odată cu acest control vă veţi reaminti că nu există nimic ce nu puteţi *dobândi*, şi că nu există nici-un lucru pe care să nu îl doriţi şi pe care să nu îl puteţi înlătura din viaţa voastră.

Înţelegerea *Legii Atracţiei* şi recunoaşterea corelaţiei absolute dintre ceea ce aţi gândit şi simţit - şi ceea ce se manifestă ca răspuns în viaţa voastră - vă va face să fiţi mai conştienţi de ceea ce vă stimulează gândurile. Veţi începe să observaţi că propriile voastre gânduri pot fi stimulate de ceva ce citiţi sau vedeţi la televizor sau auziţi sau observaţi din experienţa altcuiva. Şi odată ce vedeţi efectul pe care *Legea Atracţiei* îl are asupra acestor gânduri care încep prin a fi mici şi devin tot mai mari pe măsură ce le acordaţi atenţie, veţi simţi interior dorinţa de a începe să vă direcţionaţi gândurile mai mult către lucrurile pe care vreţi să le trăiţi. Pentru că indiferent ce cugetaţi, şi indiferent care este sursa stimulării acelui gând... pe măsură ce meditaţi tot mai mult la acel lucru, *Legea Atracţiei* intră în funcţiune şi începe să vă ofere alte gânduri, conversaţii şi experienţe care au o natură similară.

Indiferent dacă vă amintiţi trecutul, observaţi prezentul sau vă imaginaţi viitorul, faceţi asta chiar acum, şi oricare ar fi lucrul asupra căruia vă focalizaţi, acesta produce o activare a vibraţiei la care răspunde *Legea Atracţiei*. La început poate că meditaţi de unul singur asupra unui subiect anume, dar dacă vă gândiţi la el suficient de mult timp, veţi începe să observaţi că şi alţi oameni încep să discute despre el, deoarece *Legea Atracţiei* găseşte pe alţii care vă vor oferi o vibraţie similară şi îi aduce spre voi. Cu cât vă concentraţi mai mult asupra a ceva, cu atât mai puternic devine; şi cu cât este mai puternic punctul de atracţie asupra lui, cu atât mai multe dovezi ale prezenţei lui apar în viaţa voastră.

Fie că vă concentraţi asupra lucrurilor pe care le doriţi, fie că vă concentraţi asupra lucrurilor pe care nu le doriţi, dovada gândurilor voastre vine încontinuu spre voi.

Fiinţa mea Interioară **comunică prin intermediul emoţiilor**

Voi sunteţi cu mult mai mult decât vedeţi aici în acest corp *fizic*, pentru că deşi creaţi, într-adevăr, în mod minunat, în planul fizic, existaţi simultan şi într-o altă dimensiune. Există o parte din voi care nu este materială - pe care o numim *Fiinţa Interioară* - şi care există chiar acum în timp ce vă aflaţi

în acest corp fizic.

Emoţiile voastre sunt indicatorul fizic al relaţiei pe care o aveţi cu Fiinţa Interioară.

Cu alte cuvinte, în timp ce voi vă concentraţi asupra unui subiect şi aveţi propria voastră perspectivă şi opinie asupra lui, *Fiinţa voastră Interioară* este de asemenea focalizată asupra acelui subiect şi are o anumită perspectivă şi părere despre el. *Emoţiile* pe care le simţiţi sunt indicatorul care vă arată modul în care se potrivesc sau nu aceste opinii. De exemplu, s-a petrecut ceva şi părerea voastră curentă despre voi înşivă este că ar fi trebuit să vă descurcaţi mai bine sau că nu sunteţi prea deştept sau că nu meritaţi. Deoarece părerea *Fiinţei voastre Interioare* este că vă descurcaţi bine şi că sunteţi deştept şi că întotdeauna meritaţi, există o nepotrivire evidentă între aceste opinii, si veţi resimţi această nepotrivire sub forma unei *emoţii negative*. Pe de altă parte, atunci când vă simţiţi mândru de voi înşivă sau vă iubiţi sau iubiţi pe altcineva, părerea voastră curentă este mult mai aproape de ceea ce simte *Fiinţa voastră Interioară* în acel moment; şi în acest caz, veţi simţi *emoţii pozitive* (mândrie, dragoste sau apreciere).

Fiinţa voastră Interioară sau *Sursa de Energie* oferă întotdeauna o perspectivă care vă este în cea mai mare măsură avantajoasă, şi atunci când perspectiva voastră se potriveşte cu aceasta, apare atracţia pozitivă. Cu alte cuvinte, cu cât vă simţiţi mai bine, cu atât va fi mai bun *punctul de atracţie*, şi cu atât mai bine se vor aranja lucrurile pentru voi. Vibraţiile comparative dintre perspectiva voastră şi cea a *Fiinţei voastre Interioare* sunt responsabile de această magnifică *Ghidare* ce vă stă întotdeauna la dispoziţie.

Deoarece *Legea Atracţiei* răspunde întotdeauna şi intră în acţiune pentru orice vibraţie îi oferiţi, este extrem de util să înţelegeţi că emoţiile voastre vă lasă să ştiţi dacă vă aflaţi în faza de a crea ceva ce vă doriţi sau ceva ce nu vă doriţi.

Adesea, atunci când prietenii voştri din planul fizic află de puternica *Lege a Atracţiei* şi încep să înţeleagă că ei atrag lucruri către ei în virtutea a ceea ce gândesc, ei încearcă să îşi monitorizeze fiecare gând, adesea simţindu-se în siguranţă în ceea ce priveşte gândurile lor. Dar monitorizarea gândurilor este un lucru dificil deoarece există atât de multe lucruri la care aţi putea să vă gândiţi, şi *Legea Atracţiei* aduce în permanenţă şi mai multe.

În loc să încercaţi să vă monitorizaţi gândurile, noi vă încurajăm să fiţi pur şi simplu atenţi la ceea ce simţiţi. Pentru că dacă aţi alege un gând care nu este în armonie cu modul în care vă vede *Fiinţa Interioară* cea iubitoare, care este mai înţeleaptă, mai bătrână şi mai cuprinzătoare, veţi simţi nepotrivirea, şi atunci veţi putea cu uşurinţă să vă redirecţionaţi gândul către ceva care vă face să vă simţiţi mai bine şi care, aşadar, vă este mai de folos.

Voi aţi ştiut, atunci când aţi luat decizia de a vă încarna în acest corp fizic, că veţi avea acces la acest minunat *Sistem de Ghidare Emoţională*,

pentru că atunci ştiaţi că prin intermediul emoţiilor voastre minunate, în permanenţă prezente, veţi putea să ştiţi dacă vă rătăciţi de această cunoaştere mai largă sau curgeţi împreună cu ea.

Atunci când vă orientaţi gândul în direcţia a ceva care vă doriţi, veţi simţi o emoţie pozitivă. Atunci când vă veţi gândi la ceva ce nu vă doriţi, veţi simţi o emoţie negativă. Şi astfel, doar fiind atenţi la modul în care vă simţiţi, veţi şti întotdeauna direcţia din care puternica voastră *Fiinţă* atrage subiectul gândurilor voastre.

Omniprezentul meu *Sistem de Ghidare Emoţională*

Minunatul vostru *Sistem de Ghidare Emoţională* este un mare avantaj pentru voi, deoarece Legea Atracţiei funcţionează în permanenţă, fie că ştiţi sau nu. Şi astfel, de câte ori vă gândiţi la ceva ce nu vă doriţi şi rămâneţi focalizaţi asupra acelui gând, prin Lege atrageţi mai mult şi mai mult şi mai mult şi mai mult, până când în cele din urmă veţi atrage chiar în viaţa voastră evenimente sau circumstanţe care să fie pe măsură.

Totuşi, dacă sunteţi conştienţi de *Sistemul Vostru de Ghidare Emoţională*, şi dacă sunteţi sensibili la modul în care vă simţiţi, atunci veţi observa, chiar în fazele incipiente, subtile, că vă focalizaţi asupra a ceva ce nu vă doriţi, şi veţi putea schimba cu uşurinţă gândul pentru a începe să atrageţi ceea ce vă doriţi cu adevărat. Dacă nu sunteţi prea atenţi la modul în care vă simţiţi, atunci nu veţi sesiza conştient că vă îndreptaţi gândurile către ceea ce nu vă doriţi, şi veţi putea foarte bine să atrageţi ceva nedorit care să fie foarte mare şi puternic şi cu care vă va fi mai dificil să vă descurcaţi mai târziu.

Atunci când vă vine o idee şi vă simţiţi nerăbdători vis-a-vis de ea, aceasta înseamnă că *Fiinţa voastră Interioară* se potriveşte vibraţional cu ideea, şi emoţia voastră pozitivă indică faptul că în acel moment vibraţia gândului vostru se potriveşte cu cea a *Fiinţei Interioare*. Aceasta este, de fapt, inspiraţia: voi sunteţi în acel moment, într-o perfectă potrivire vibraţională cu perspectiva mai largă a *Fiinţei voastre Interioare*, şi datorită acestei alinieri, acum comunicaţi limpede sau primiţi *Ghidare* din partea *Fiinţei Interioare*.

Dar dacă vreau ca lucrurile să se petreacă mai repede?

Datorită *Legii Atracţiei*, gândurile asemănătoare sunt atrase unele de altele, şi pe măsură ce se petrece aceasta, ele devin mai puternice. Şi pe măsură ce devin mai puternice - şi prin urmare, mai apropiate de manifestare - emoţia pe care o resimţiţi devine în mod proporţional mai mare. Atunci când vă focalizaţi asupra a ceva ce vă doriţi, prin intermediul *Legii Atracţiei* vor fi atrase din ce în ce mai multe gânduri despre ceea ce vă doriţi, şi veţi simţi o emoţie pozitivă mai mare. *Puteţi crea mai rapid ceva pur şi simplu acordându-i mai multă atenţie - Legea Atracţiei are grijă de*

restul şi vă aduce esenţa subiectului gândurilor voastre.

Noi am defini în felul următor cuvintele a *vrea sau a dori: A-ţi focaliza atenţia, sau a te gândi la un anumit subiect, simultan cu trăirea unei emoţii pozitive*. Atunci când acordaţi atenţie unui subiect şi simţiţi doar emoţie pozitivă legat de el, pe măsură ce faceţi aceasta, el va veni foarte repede în viaţa voastră. Uneori îi auzim pe prietenii noştri din planul fizic rostind cuvintele *vreau* sau *doresc* în timp ce ei simt *îndoială* sau *teamă* că dorinţa lor nu poate fi împlinită. Din punctul nostru de vedere, nu este posibil să doreşti ceva şi să simţi în acelaşi timp emoţii negative.

Dorinţa pură este întotdeauna însoţită de emoţie pozitivă. Poate de aceea oamenii nu sunt de acord cu modul în care noi folosim cuvintele *vreau* şi *doresc*. Ei argumentează adesea că „a vrea" implică un soi de lipsă şi că îşi contrazice propria semnificaţie, şi noi suntem de acord. Dar problema nu constă în cuvântul sau eticheta însăşi, ci în starea emoţională care este exprimată în timp ce se foloseşte cuvântul.

Dorinţa noastră este să vă ajutăm să înţelegeţi că puteţi ajunge oriunde vă doriţi chiar din punctul în care vă aflaţi, indiferent unde sunteţi sau care este starea voastră curentă. Cel mai important lucru care trebuie înţeles este acela că starea voastră mentală, sau atitudinea voastră din acel moment este baza din care veţi atrage mai mult. Aşadar, puternica Lege a Atracţiei răspunde la orice în acest Univers vibraţional - reunind oameni cu aceeaşi frecvenţă de vibraţie, şi adunând gândurile a căror vibraţie se potriveşte, într-adevăr, tot ceea ce este în viaţa voastră, de la modul în care vă trec gândurile prin minte, la oamenii cu care vă întâlniţi în trafic, este în felul acesta datorită *Legii Atracţiei*.

Cum vreau să mă văd pe mine însumi?

Pentru cei mai mulţi dintre voi, multe lucruri din viaţa voastră merg bine şi vreţi să le continuaţi, dar există de asemenea şi lucruri care aţi dori să fie diferite. Pentru ca lucrurile să se schimbe, trebuie să le vedeţi aşa cum aţi vrea să fie, mai degrabă decât să continuaţi să observaţi cum sunt ele. Majoritatea gândurilor pe care probabil că le gândiţi se referă la lucrurile pe care le observaţi, ceea ce înseamnă că *ceea-ce-este* vă domină focalizarea, atenţia, vibraţia, şi prin urmare, si *punctul de atracţie*.

Şi astfel, ca rezultat al cantităţii copleşitoare de atenţie pe care cei mai mulţi dintre voi o acordaţi situaţiei curente (*ceea ce este*), schimbarea apare foarte lent sau deloc, în viaţa voastră va intra un curent stabil de oameni aparent diferiţi, dar esenţa sau tema acestor experienţe nu va varia prea mult.

Dacă vreţi să faceţi adevărate schimbări pozitive în ceea ce trăiţi, trebuie să nu mai luaţi în seamă felul în care sunt lucrurile - precum si modul în care vă văd ceilalţi -şi să daţi mai multă atenţie modului în care aţi prefera să fie ele. Prin practică, vă veţi schimba punctul de atracţie şi veţi trăi o schimbare

substanţială în viaţa voastră. Boala poate deveni sănătate, lipsa de abundenţă poate deveni abundenţă, relaţiile rele pot fi înlocuite de relaţii bune, confuzia poate fi înlocuită de claritate şi aşa mai departe.

Alegând în mod deliberat să vă direcţionaţi gândurile - în loc doar să observaţi ce se petrece în jurul vostru -veţi începe să schimbaţi şabloanele vibraţionale la care răspunde *Legea Atracţiei*. Şi cu timpul, cu mult mai puţin efort decât credeţi acum, nu veţi mai răspunde la modul în care vă percep ceilalţi, şi nu veţi mai crea un viitor care să fie atât de asemănător cu trecutul şi prezentul, în schimb, veţi fi puternicul creator care îşi alege la voinţă experienţele.

Este foarte improbabil că veţi vedea un sculptor care să îşi azvârle grămada de lut pe masa de lucru exclamând: „Of, nu a ieşit aşa cum trebuie!” El ştie că trebuie să îşi bage mâinile în lut şi să îl frământe ca să îl modeleze, astfel încât viziunea din mintea lui să fie asemenea materiei de pe masă. Varietatea experienţelor voastre de viaţă vă oferă lutul din care să modelaţi ceea ce trăiţi, şi simpla observare a lor nu este satisfăcătoare - şi nu este ceea ce aveaţi în minte atunci când aţi decis să veniţi în realitatea acestui timp şi spaţiu. Vrem să înţelegeţi că „argila” voastră, indiferent de cum arată acum, este modelabilă. Nu există excepţie.

Bine ai venit, micuţule, pe planeta Pământ

Poate simţiţi că v-ar fi fost mai uşor să auziţi aceste lucruri dacă vi s-ar fi spus încă din prima voastră zi pe această planetă. Şi dacă am fi vorbit cu voi în prima voastră zi a vieţii voastre fizice, iată ce v-am fi spus:

Bine ai venit, micuţule, pe planeta Pământ... Nu există nimic care să nu poţi să fii, să faci sau să ai. Eşti un creator magnific şi te afli aici în virtutea dorinţei tale puternice şi exprese de a fi aici. Ai aplicat în mod special minunata Ştiinţă a Creaţiei la Voinţă şi, datorită capacităţii tale de a face acest lucru, iată-te aici.

Mergi mai departe, gândindu-te la ceea ce îţi doreşti, atrăgând acele experienţe de viaţă care să te ajute să te hotărăşti ce îţi doreşti... Adevărata ta muncă constă în a decide ce îţi doreşti şi apoi să te focalizezi asupra acelui lucru, astfel încât să îl atragi. Acesta este procesul creaţiei: să te gândeşti la ceea ce îţi doreşti, atât de mult şi atât de limpede încât Fiinţa ta Interioară să îţi răspundă prin emoţii. Şi în timp ce tu te gândeşti la acel lucru, cu emoţie, tu devii cel mai puternic dintre toţi magneţii. Acesta este procesul prin care vei atrage ceea ce doreşti în viaţa ta.

Multe dintre gândurile pe care le vei avea nu vor fi puternice în ceea ce priveşte atracţia, cel puţin nu la început - dacă nu rămâi focalizat asupra lor suficient de mult timp ca ele să devină mai mult. Şi pe măsură ce ele devin mai mult în cantitate şi în forţă, emoţia pe care o vei simţi de la Fiinţa Interioară va fi tot mai mare.

Atunci când ai gânduri care scot la iveală emoţii, accesezi puterea

Universului. Mergi mai departe în această primă zi de viaţă, ştiind că munca ta este să decizi ce anume îţi doreşti - şi apoi să te focalizezi asupra acestui lucru.

Dar noi nu vă vorbim în prima voastră zi de viaţă. Sunteţi pe aici de ceva vreme. Majoritatea dintre voi v-aţi văzut, nu prin propriii voştri ochi (de fapt, chiar fizic nu vă puteţi vedea cu propriii voştri ochi), ci prin ochii altora; prin urmare, *mulţi dintre voi nu vă aflaţi acum în acea stare de a fi pe care vi-o doriţi.*

Este „realitatea" mea chiar atât de reală?

Intenţionăm să vă oferim un proces prin care puteţi dobândi această stare de a fi pe care o alegeţi, astfel încât să puteţi avea acces la puterea Universului şi să puteţi începe să atrageţi obiectul *dorinţei* voastre, în loc de ceea ce simţiţi că este starea voastră de a fi din acest moment. Pentru că, din perspectiva noastră, *există o foarte mare diferenţă între ceea ce există acum - şi pe care voi o numiţi „realitatea voastră" - şi ceea ce este cu adevărat realitatea.*

Chiar dacă acum sunteţi într-un corp care nu este sănătos sau într-unul care nu are mărimea, forma sau vitalitatea dorite; cu un mod de viaţă care vă displace; conducând un automobil care vă face să vă jenaţi; interacţionând cu oameni cu care nu vă face plăcere... noi vrem să vă ajutăm să înţelegeţi că deşi aceasta pare să fie Starea voastră de a Fi, nu este deloc nevoie ca ea să fie tocmai aşa. *Starea voastră de a Fi este modul în care simţiţi referitor la voi înşivă în orice moment.*

Cum pot să îmi amplific forţa magnetică?

Gândurile pe care le gândiţi fără a simţi o emoţie puternică nu au o prea mare forţă magnetică. Cu alte cuvinte, chiar dacă fiecare gând al vostru are un potenţial creator, sau potenţial de atracţie magnetică, gândurile care sunt însoţite de simţirea unor emoţii puternice sunt cele mai puternice. Cu siguranţă, atunci, majoritatea gândurilor voastre nu au cine ştie ce forţă de atracţie. Ele menţin mai mult sau mai puţin ceea ce aţi atras deja.

Şi atunci, nu puteţi vedea ce valoare are acţiunea de a petrece zilnic 10-15 minute stabilind în mod deliberat gânduri puternice care evocă emoţii pozitive intense, puternice, pline de pasiune, pentru atragerea circumstanţelor şi evenimentelor pe care le doriţi în viaţa voastră? (Noi credem că această acţiune este foarte valoroasă).

Aici vă oferim un proces prin care puteţi petrece puţin din timpul fiecărei zile, atrăgând în mod intenţionat către voi sănătatea, vitalitatea, prosperitatea şi relaţiile pozitive cu ceilalţi... toate lucrurile care alcătuiesc ceea ce ar fi în viziunea voastră o viaţă perfectă. Şi acesta ar fi un lucru transformator, prieteni. Pentru că pe măsură ce intenţionaţi şi primiţi, nu

numai că veţi primi beneficiul a ceea ce aţi creat, dar veţi dobândi de asemenea o nouă perspectivă din care intenţiile voastre vor fi diferite. Iată ce înseamnă evoluţia şi creşterea.

Procesul „*Atelierului creativităţii*" al lui Abraham

Acesta este procesul: în fiecare zi veţi intra într-un fel de *Atelier al Creativităţii* - nu pentru o durată lungă de timp - 15 minute sunt o bună perioadă, maximum 20. Acest Atelier nu trebuie să fie în acelaşi loc în fiecare zi, dar este bine să fie într-un loc în care să nu fiţi distraşi sau întrerupţi. Acesta nu este un spaţiu în care veţi intra într-o stare modificată de conştiinţă; nu este o stare meditativă. Este o stare în care vă veţi gândi la ceea ce vă doriţi cu atâta claritate, încât *Fiinţa voastră Interioară* vă va oferi o emoţie care să confirme aceasta.

Înainte de a începe acest proces este important să fiţi fericiţi, pentru că dacă intraţi acolo fiind nefericiţi sau nesimţind nici o emoţie, atunci munca voastră nu va face prea multe parale, pentru că forţa voastră de atracţie nu va fi prezentă. Atunci când spunem „fericiţi" nu vorbim de acel entuziasm care ne face să ţopăim. Ne referim la sentimentul acela de a avea inima uşoară, acea senzaţie că totul e bine. Şi de asemenea, vă recomandăm să faceţi tot ceea ce este nevoie pentru a avea această stare. Pentru fiecare dintre voi este altfel.

... pentru Esther, ascultarea muzicii este o modalitate foarte rapidă de a obţine acel sentiment de uşurare şi bucurie - dar nu orice muzică, şi nici chiar aceeaşi muzică tot timpul. Unii dintre voi obţin acest sentiment jucându-se cu animalele sau fiind lângă o apă în mişcare, dar odată ce aţi obţinut acel sentiment, aşezaţi-vă - şi acum începe *Atelierul vostru*.

Rolul vostru în acest *Atelier* este de a asimila informaţiile pe care le-aţi adunat din experienţele voastre de viaţă (pe măsură ce aţi interacţionat cu alţii şi v-aţi mişcat de colo-colo prin mediul vostru fizic). Rolul vostru este să adunaţi laolaltă datele într-un soi de imagine a voastră, una care să vă mulţumească şi să vă satisfacă.

Experienţa voastră de viaţă din afara *Atelierului* vă va fi de mare folos, deoarece pe parcursul zilei, indiferent ce faceţi - că mergeţi la slujbă; că munciţi în jurul casei; că interacţionaţi cu partenerul, prietenii, copiii sau părinţii voştri - *dacă vă veţi folosi timpul cu intenţia de a aduna date si de a privi lucrurile care vă plac, cu scopul de a le aduce în <u>Atelierul vostru</u> - atunci veţi vedea cum fiecare zi poate deveni distractivă.*

Aţi mers vreodată la cumpărături aşa, într-o doară, cu câţiva bani în buzunar şi dorinţa de a cumpăra ceva? Şi pe când vă uitaţi în jur, deşi erau multe lucruri pe care nu le doreaţi, intenţia voastră a fost de a găsi ceva pe care voiaţi să vă cheltuiţi banii? Ei bine, exact acesta este modul în care am vrea să priviţi fiecare zi a vieţii voastre... de parcă aţi avea buzunarul plin de lucruri pe care aţi dori să le daţi în schimbul acestor date pe care le adunaţi.

De exemplu, puteţi vedea pe cineva a cărui personalitate este plină de veselie. Adunaţi această informaţie, cu intenţia de a o aduce mai târziu în *Atelierul* vostru. Puteţi vedea pe cineva conducând un autovehicul care v-ar plăcea să îl aveţi; adunaţi această informaţie. Puteţi vedea o profesie care vă place...indiferent ce vedeţi, dacă vă place, ţineţi minte. (Puteţi chiar să îl scrieţi pe hârtie.) Pe măsură ce vedeţi ceva ce credeţi că v-ar plăcea să fie în viaţa voastră, imaginaţi-vă cum adunaţi acea informaţie într-un soi de bancă a minţii. Şi apoi, când intraţi în *Atelierul* vostru, puteţi începe să asimilaţi datele, şi făcând aceasta, *veţi construi o imagine a voastră din care veţi începe să atrageţi în viaţa voastră esenţa a ceea ce v-a făcut plăcere.*

Dacă sunteţi în stare să pricepeţi că adevărata voastră muncă - indiferent ce alte activităţi realizaţi - este de a vă uita în jur după lucruri pe care le doriţi, cu intenţia de a le aduce în *atelierul* vostru pentru a crea viziunea proprie de la care veţi începe să atrageţi - atunci veţi ajunge să ştiţi că nu există absolut nimic ce nu puteţi fi, face sau avea.

Acum sunt în Atelierul Creativităţii

Şi acum vă simţiţi fericiţi, şi staţi aşezaţi undeva în Atelierul vostru. Iată un exemplu de muncă pe care o puteţi desfăşura în propriul Atelier al Creativităţii:

Îmi place să fiu aici; recunosc valoarea şi puterea acestui timp. Mă simt foarte bine când sunt aici.

Mă văd pe mine însumi într-un fel de bloc de ansamblu, pe care ştiu că l-am creat eu însumi, după dorinţa mea. În acest tablou al meu sunt plin de energie - neobosit şi mă mişc prin viaţă fără a întâmpina rezistenţă. În timp ce mă văd intrând şi ieşind din maşina mea, intrând şi ieşind din clădiri, camere, discuţii şi experienţe de viaţă, mă văd „curgând” fără efort, confortabil şi fericit.

Mă văd pe mine însumi atrăgându-i doar pe cei care sunt în armonie cu intenţiile mele din acel moment. Şi cu fiecare moment îmi este din ce în ce mai limpede ce anume îmi doresc. Atunci când mă urc în maşină şi plec undeva, mă văd ajungând sănătos şi reîmprospătat, la timp, pregătit pentru orice va trebui să fac acolo. Mă văd îmbrăcat la perfecţiune aşa cum îmi doresc. Şi e plăcut de ştiut că nu contează ceea ce aleg alţii sau chiar ce ar putea alţii să gândească despre ceea ce am ales eu.

Ceea ce contează este că eu sunt mulţumit cu mine însumi, şi după cum mă văd, chiar aşa sunt.

Recunosc că sunt nelimitat în toate aspectele vieţii mele... am un cont bancar nelimitat, şi pe când mă văd trecând prin experienţele vieţii, este îmbucurător să ştiu că pot alege orice fără a fi limitat de bani. Iau toate hotărârile având ca şi criteriu dacă vreau sau nu să trăiesc lucrul acela - nu dacă pot sau nu să îmi permit acea experienţă. Pentru că ştiu că sunt un magnet care atrage, în orice moment, prosperitatea, sănătatea şi relaţiile pe

care le doresc.

Aleg abundenţa absolută şi continuă, pentru că înţeleg că nu există vreo limită a abundenţei în Univers, şi că prin faptul că eu atrag spre mine abundenţa nu limitez pe altul... Este suficient pentru toţi. Cheia este ca fiecare dintre noi să vadă şi să vrea ceea ce îşi doreşte - şi atunci va începe să atragă acele lucruri. Şi astfel, am ales „nelimitarea”, - nu neapărat în mare taină - căci înţeleg că am puterea de a atrage orice aşa cum îmi doresc. Şi atunci când mă gândesc la alt lucru pe care mi-l doresc, banii curg spre mine cu uşurinţă, astfel încât am o rezervă nelimitată de abundenţă şi prosperitate.

În fiecare domeniu al vieţii mele există anumite aspecte care sunt din abundenţă... Mă văd înconjurat de alţii care, asemenea mie, îşi doresc să crească; şi care sunt atraşi către mine prin dorinţa mea de a-i lăsa să fie, să facă sau să aibă orice, aşa cum vor ei; şi nu am nevoie să atrag acele lucruri pe care le-ar alege ei, dar care mie nu-mi plac. Mă văd interacţionând cu ceilalţi; vorbind, râzând şi bucurându-mă de ceea ce este perfect în ei, în timp ce ei se bucură de ceea ce este perfect în mine. Noi toţi ne apreciem unul pe celălalt, şi nici unul dintre noi nu critică sau observă acele lucruri care nu-i plac.

Mă văd perfect sănătos. Mă văd având prosperitate absolută. Mă văd plin de viaţă, apreciind din nou această viaţă fizică pe care am dorit-o aşa de mult încât am hotărât să fiu o fiinţă încarnată. Este nemaipomenit să fii aici ca şi fiinţă încarnată, luând hotărâri cu acest creier fizic, dar accesând puterea Universului prin puterea Legii Atracţiei. Şi din această minunată stare de a Fi atrag acum lucruri care sunt asemenea ei. E bine. Este distractiv, îmi place foarte mult.

Voi părăsi acest Atelier şi îmi stabilesc pentru restul zilei să caut mai multe lucruri care îmi plac. Este bine de ştiut că dacă văd pe cineva prosper dar bolnav, nu este nevoie să aduc întreg ansamblul în Atelierul meu, ci doar partea care îmi place. Aşa că voi aduce exemplul prosperităţii, şi voi da de-o parte exemplul cu boala. Munca mea este, pentru moment, încheiată.

Nu toate legile sunt Legi Universale?

Jerry: Abraham, ne-ai vorbit despre trei *Legi Universale* principale. Mai există şi alte legi care să nu fie Universale?

Abraham: Există o mulţime din ceea ce voi numiţi Legi. Noi păstrăm denumirea de *Legi* pentru acelea care sunt *Universale*. Cu alte cuvinte, intrând în dimensiunea fizică, voi aveţi „acordul” timpului, gravitaţiei şi percepţiei spaţiului; dar acestea nu sunt *Universale*, pentru că există alte dimensiuni care nu împărtăşesc aceste experienţe. În multe cazuri, acolo unde voi aţi folosi cuvântul Legi, noi am folosit în loc cuvântul *acord*. Nu mai există alte *Legi Universale* pe care să vi le revelăm mai târziu.

Cum pot să folosesc cel mai bine Legea Atracţiei?

Jerry: Există cumva mai multe moduri diferite prin care să putem folosi în mod conştient sau intenţionat *Legea Atracţiei*!

Abraham: Vom începe prin a spune că voi o folosiţi în *permanenţă*, fie că ştiţi că o faceţi sau nu. Nu puteţi înceta să o mai folosiţi, pentru că ea este inerentă în tot ceea ce faceţi. Dar vă apreciem întrebarea, pentru că vreţi să ştiţi cum o puteţi folosi în mod deliberat pentru a dobândi tot ceea ce alegeţi în mod *intenţionat*.

A fi conştienţi de existenţa *Legii Atracţiei* este cea mai importantă parte din folosirea ei deliberată. Deoarece *Legea Atracţiei* răspunde întotdeauna gândurilor voastre, focalizarea deliberată a gândurilor voastre este foarte importantă.

Alegeţi subiectele care vă interesează şi gândiţi-vă la ele într-un fel care să vă fie de folos. Cu alte cuvinte, uitaţi-vă la aspectele pozitive ale subiectelor care sunt importante pentru voi. Atunci când alegeţi un gând, *Legea Atracţiei* va acţiona conform lui, atrăgând mai multe gânduri asemănătoare, şi astfel făcându-l mult mai puternic.

Rămânând focalizaţi asupra unui subiect pe care vi-l alegeţi, punctul vostru de atracţie legat de acel subiect va deveni mult mai puternic decât dacă mintea voastră ar trece de la un subiect la altul. Există o forţă uriaşă în actul focalizării.

Atunci când alegeţi în mod intenţionat gândurile pe care le gândiţi, lucrurile pe care le faceţi şi chiar si oamenii cu care vă petreceţi timpul, veţi simţi beneficiile *Legii Atracţiei*. Atunci când vă petreceţi timpul cu oameni care vă apreciază, vă stimulează să aveţi gânduri auto-apreciative. Atunci când vă petreceţi timpul cu cei care vă văd doar defectele, atunci percepţia lor asupra defectelor voastre devine propriul vostru *punct de atracţie*.

Pe măsură ce veţi înţelege că orice lucru căruia îi acordaţi atenţie devine mai mare (pentru că *Legea Atracţiei* spune că aşa trebuie), veţi deveni mai selectivi în ceea ce priveşte lucrurile asupra cărora vă îndreptaţi în mod iniţial atenţia. Este mult mai uşor să schimbi direcţia gândurilor tale în fazele incipiente ale gândului, când nu a apucat încă să adune prea multă energie. Dar este posibil să schimbi direcţia gândurilor în orice moment.

Pot să îmi inversez instantaneu impulsul creator?

Jerry: Să spunem că există oameni care au deja ceva în derulare, ca rezultat al gândurilor lor anterioare, şi acum ei hotărăsc că doresc dintr-o dată să schimbe direcţia creaţiei lor. Nu există un factor timp? Nu trebuie mai întâi să încetinească ceea ce se află deja pe punctul de a fi creat? Sau pot să creeze instantaneu într-o altă direcţie?

Abraham: Există un factor timp datorat *Legii Atracţiei. Legea Atracţiei*

spune: *Cele care se aseamănă se atrag*. Aşa că orice gând pe care l-aţi activat acordându-i atenţie, devine mai mare. Dar noi vrem ca voi să vă daţi seama că adunarea energiei necesare are loc gradat. Şi astfel, în loc să încercaţi să „întoarceţi” acel gând, mai degrabă focalizaţi-vă asupra altuia.

Să spunem că v-aţi gândit la ceva ce nu doriţi, şi aţi făcut aşa ceva vreme, aşa că acum aveţi în derulare un impuls puternic, care este mai degrabă negativ. Nu ar fi posibil pentru voi ca brusc să începeţi să gândiţi contrariul. De fapt, de acolo unde vă aflaţi, nici măcar nu aţi avea acces la astfel de gânduri - *dar aţi putea alege un gând care este un pic mai bun decât cele pe care le-aţi avut până atunci, şi apoi un altul, şi altul, până când, gradat, aţi putea să vă schimbaţi direcţia gândurilor.*

Un alt proces eficient de schimbare a direcţiei gândurilor constă în schimbarea întregului subiect, căutându-i în mod intenţionat aspectele lui pozitive. Dacă puteţi face aceasta şi dacă sunteţi dispuşi să încercaţi să rămâneţi focalizaţi ceva vreme asupra acestui gând care vă face să vă simţiţi mai bine, atunci, deoarece *Legea Atracţiei* răspunde acum acelui gând, echilibrul gândurilor voastre va fi acum îmbunătăţit. Acum, dacă vă re-întoarceţi la gândul negativ de dinainte, deoarece acum sunteţi într-un mod diferit de vibraţie, acel gând va fi uşor afectat de îmbunătăţirea vibraţiei voastre. Puţin câte puţin, veţi îmbunătăţi conţinutul vibraţional al subiectului la care alegeţi să vă gândiţi, şi odată ce se petrece acest lucru, tot ce este în viaţa voastră începe să se mişte într-o direcţie mai pozitivă.

Cum poate cineva să depăşească dezamăgirea?

Jerry: Pentru cel care încearcă să facă o schimbare drastică în direcţia prosperităţii sau sănătăţii personale, dacă deja are în desfăşurare ceva care e de sens contrar, de cât de multă credinţă sau încredere ar fi nevoie pentru ca el să biruiască dezamăgirea şi să spună: „Ei bine, ştiu că asta o să meargă pentru mine” chiar dacă deocamdată nu merge?

Abraham: Vedeţi voi, din punctul vostru în care sunteţi dezamăgiţi, atrageţi încă mai multe lucruri de care veţi fi dezamăgiţi... înţelegerea procesului creaţiei este cel mai bun mijloc. Aceasta este valoarea *Atelierului Creativităţii*, de a deveni fericiţi, şi apoi de a merge într-un loc în care vedeţi lucrurile aşa cum aţi vrea să fie; să le vedeţi până când credeţi ceea ce vedeţi cu atâta limpezime încât deja ia naştere răspunsul emoţional - şi din această stare de a fi, veţi atrage acele lucruri aşa cum vă doriţi.

Dezamăgirea este *modul în care Fiinţa voastră Interioară vă comunică faptul că sunteţi focalizaţi asupra unor lucruri pe care nu le doriţi cu adevărat. Dacă sunteţi atenţi la modul în care vă simţiţi, atunci dezamăgirea însăşi vă va da de ştire că ceea ce gândiţi nu este ceea ce aţi dori să experimentaţi.*

Ce face să apară valurile de evenimente nedorite?

Jerry: De-a lungul timpului am văzut ştiri la TV care relatau despre deturnarea vreunui avion sau acte teroriste sau cazuri grave de abuz asupra copiilor sau crime în masă sau lucruri negative de felul acesta - şi apoi am văzut cum apar aceste evenimente aproape ca un val, în toată lumea. Sunt ele generate printr-un proces similar?

Abraham: Atenţia acordată oricărui subiect îl amplifică deoarece atenţia îi activează vibraţia specifică şi *Legea Atracţiei* răspunde vibraţiilor activate.

Cei care plănuiesc deturnarea unui avion adaugă putere acestui gând, dar cei care sunt înspăimântaţi de perspectiva unei deturnări adaugă şi ei putere aceluiaşi gând - pentru că adaugi putere chiar şi acelor lucruri nedorite prin atenţia pe care le-o acorzi. Vedeţi voi, cei care au intenţia clară de a nu mai atrage nici un fel de informaţie negativă nici măcar nu se mai uită la ştiri.

Există atât de multe intenţii şi combinaţii de intenţii, încât este foarte dificil pentru noi să indicăm, în general, cum anume se va finaliza una dintre ele... Cu siguranţă aceste emisiuni de ştiri nu fac decât să adauge şi ele situaţiilor deja prezente. Pentru că cu cât mai mulţi oameni se concentrează asupra a ceea ce nu doresc, cu atât ei contribuie la crearea exact a acelor aspecte nedorite. Forţa lor emoţională adaugă o mare influenţă evenimentelor globale care au loc în lume. La aceasta se referă conştiinţa maselor.

Atenţia focalizată asupra procedurilor medicale poate să le crească numărul?

Jerry: În mod curent există o gamă largă de intervenţii chirurgicale televizate care sunt transmise. Credeţi că acest lucru duce la o creştere a numărului de intervenţii chirurgicale pe cap de locuitor? Cu alte cuvinte, atunci când oamenii observă procedurile medicale televizate, ei se pun automat în acord cu esenţa acelor proceduri?

Abraham: Atunci când acordaţi atenţia unui lucru, creşte potenţialul vostru de a-l atrage. Cu cât sunt mai vii detaliile, cu atât mai multă atenţie îi acordaţi, şi cu atât mai probabil devine ca voi să îl atrageţi în viaţa voastră. Şi orice emoţie negativă pe care o simţiţi urmărind asemenea lucruri este un indiciu al faptului că îl atrageţi în mod negativ.

Desigur, boala nu va apărea imediat, aşa că adesea nu faceţi nici o legătură între gândurile voastre, emoţiile negative corespunzătoare şi boala rezultantă, dar ele sunt absolut legate. *Atenţia orientată asupra unui lucru îl aduce mai aproape de voi.*

Din fericire, datorită acelei rezerve de timp, gândurile voastre nu se materializează instantaneu, aşa că aveţi marea oportunitate de a evalua direcţia gândurilor voastre (prin modul în care vă simţiţi) şi de a vă schimba

cursul gândurilor oricând descoperiţi că simţiţi ceva negativ.

Prezentarea constantă a detaliilor anumitor boli contribuie masiv la creşterea numărului de bolnavi din societatea voastră. Dacă vă permiteţi să vă focalizaţi asupra grămezii constante de statistici referitoare la nesfârşita gamă de posibile afecţiuni, aceasta nu va face decât să vă afecteze *punctul* vostru personal *de atracţie*.

În loc de asta, aţi putea să găsiţi un mijloc de a vă focaliza atenţia asupra acelor lucruri pe care vreţi să le atrageţi cu adevărat, pentru că indiferent de lucrul la care priviţi în mod repetat, îl atrageţi... *Cu cât vă gândiţi mai mult la boală şi vă îngrijoraţi - cu atât mai mult atrageţi boala.*

Ar trebui să caut cauza emoţiilor mele negative?

Jerry: Presupunând că folosim procesul *Atelierului Creativităţii* pentru a ne focaliza asupra lucrurilor pe care le dorim, dar mai târziu, dacă suntem în afara *Atelierului* simţim o emoţie negativă, credeţi că ar trebui să încercăm să descoperim ce gând a produs acea emoţie negativă? Sau sugeraţi să ne gândim doar la unul din lucrurile dorite pe care le-am inclus în *Atelier*?

Abraham: Puterea *Atelierului Creativităţii* constă în aceea că cu cât mai multă atenţie acordaţi unui subiect, cu atât mai puternic devine; cu atât mai uşor este să vă gândiţi la el, şi cu atât mai mult începe să apară în viaţa voastră. Atunci când sunteţi conştienţi că simţiţi o emoţie negativă, este important să înţelegeţi că deşi poate nu vă daţi seama, aţi realizat *Atelierul* într-o manieră negativă.

Oricând descoperiţi că resimţiţi emoţii negative, vă sugerăm să încercaţi să vă îndreptaţi cu blândeţe gândurile către ceva ce aţi dori să trăiţi, şi apoi puţin câte puţin, vă veţi schimba modul obişnuit în care gândiţi despre acele lucruri. Oricând reuşiţi să identificaţi ceva nedorit, puteţi imediat după aceea să găsiţi ceva ce vă doriţi. Şi pe măsură ce veţi proceda astfel, din nou şi din nou, modul vostru de a gândi - chiar şi despre lucrurile pe care le doriţi - va aluneca mai mult în direcţia a ceea ce doriţi. Altfel spus, veţi începe treptat să construiţi poduri de la convingerile curente despre lucrurile pe care nu le doriţi, către credinţele referitoare la ceea ce vă doriţi cu adevărat.

Un exemplu de construire a unui pod de la o credinţă nedorită

Jerry: Poţi să ne dai un exemplu de „construire a unui pod” de la o credinţă?

Abraham: *Sistemul vostru de Ghidare Emoţională* funcţionează cel mai bine atunci când voi stabiliţi în mod continuu intenţii clare referitoare la ceea ce vă doriţi. Deci să spunem că aţi intenţionat, în atelierul vostru, să aveţi sănătatea perfectă; v-aţi vizualizat fiinţe sănătoase, pline de vitalitate.

Şi acum, pe măsură ce vă continuaţi ziua şi luaţi prânzul, staţi cu o prietenă care discută despre problemele ei de sănătate. Şi în timp ce ea vorbeşte despre boala ei, vă simţiţi foarte inconfortabil şi nelalocul vostru în această discuţie... Acum, ceea ce se petrece este că *Sistemul* vostru *de Ghidare* vă arată *că ceea ce auziţi şi ceea ce gândiţi - ceea ce vorbeşte prietena voastră - nu este în armonie cu intenţiile voastre*. Şi apoi vă hotărâţi foarte ferm să opriţi această discuţie de a merge mai departe în direcţia bolii. Şi aşa că încercaţi să schimbaţi subiectul, dar prietena voastră este foarte aprinsă şi implicată emoţional în acest subiect, şi aduce din nou vorba înapoi la boala ei. Din nou, *Sistemul de Ghidare* dă alarma.

Motivul pentru care simţiţi acea emoţie negativă este nu numai că prietena voastră vorbeşte despre ceva ce nu vă doriţi. *Emoţia voastră negativă este un indiciu clar că încă mai păstraţi anumite credinţe contrare propriei voastre dorinţe*. Discuţia cu prietena voastră doar a activat acele credinţe din voi care se opun dorinţei voastre de bunăstare. Aşa încât, şi dacă vă ridicaţi şi fugiţi de prietena voastră şi de conversaţia aceea, tot nu vă veţi schimba convingerile. Este necesar să începeţi chiar de unde vă aflaţi, din mijlocul acelor credinţe, şi să vă deplasaţi gradat, construind un pod, ca să spunem aşa, către o credinţă care să fie mai în armonie cu dorinţa voastră de bine.

Este util ca, de câte ori simţiţi emoţii negative, să vă opriţi şi să deveniţi conştient de ceea ce gândeaţi atunci când au ieşit la iveală acele emoţii. Oricând simţiţi ceva negativ, este întotdeauna un semnal că lucrul la care vă gândiţi este important, şi că gândiţi contrariul a ceea ce vă doriţi cu adevărat. Aşa că întrebări de genul: „La ce mă gândeam când a ieşit la suprafaţă această emoţie negativă?” şi „Ce doresc eu cu adevărat privitor la aceasta?” va vor ajuta să vă daţi seama că în acest moment vă concentraţi exact asupra lucrurilor opuse celor pe care doriţi cu adevărat să le atrageţi în viaţa voastră.

De exemplu: „La ce mă gândeam când a ieşit la suprafaţă această emoţie negativă? Mă gândeam că acesta este sezonul guturaiului, şi îmi aduceam aminte cât de bolnav am fost altă dată. Nu numai că nu m-am putut duce la muncă, şi nu am putut face nici alte lucruri pe care le doream, dar m-am şi simţit groaznic atâtea zile. Ce doresc eu *cu adevărat* privitor la aceasta? Vreau să rămân sănătos acest an.”

Dar numai a spune: „Vreau să rămân sănătos” de obicei nu este suficient în aceste condiţii, pentru că amintirea momentelor când aţi avut gripă şi prin urmare credinţa voastră referitor la probabilitatea de a vă îmbolnăvi sunt mult mai puternice decât dorinţa de a rămâne sănătos.

Am putea încerca să construim acel pod în felul următor:

Acesta este anotimpul când de obicei fac gripă.

Nu vreau să iau gripă anul acesta.

Sper că nu voi lua gripă anul acesta. Se pare că toată lumea ia.

Asta poate fi o exagerare. Nu toată lumea ia gripă.

De fapt, au fost multe astfel de perioade când eu totuşi nu am făcut gripă.

Nu iau întotdeauna gripa.

Este posibil ca acest anotimp să vină si să plece fără să mă atingă deloc.

Îmi place ideea de a fi sănătos.

Aceste experienţe trecute legate de gripă au avut loc înainte ca eu să îmi dau seama că eu pot controla ceea ce trăiesc.

Acum că înţeleg puterea propriilor mele gânduri, lucrurile stau altfel

Acum că înţeleg puterea Legii Atracţiei, lucrurile s-au schimbat.

Nu este necesar ca eu să fac gripă anul acesta.

Nu este necesar ca eu să trăiesc lucrurile pe care nu le doresc.

Este posibil pentru mine să îmi orientez gândurile către lucrurile pe care să le trăiesc.

Îmi place ideea de a-mi conduce viaţa către lucrurile pe care doresc să le trăiesc.

Acum aţi creat podul pentru credinţa respectivă. Dacă gândul negativ revine - şi e posibil să o facă o vreme -doar ghidaţi-vă gândurile în mod deliberat ca mai sus, şi în cele din urmă va înceta să mai apară.

Gândurile din visele mele creează şi ele?

Jerry: Aş vrea să înţeleg lumea viselor. Noi creăm şi în vis? Atragem ceva şi prin gândurile pe care le avem sau le trăim în vis?

Abraham: Nu. În timp ce dormiţi, v-aţi retras conştiinţa din realitatea voastră fizică guvernată de timp şi spaţiu, şi în timp ce dormiţi, temporar, nu mai atrageţi.

Întotdeauna există o potrivire între ceea ce gândiţi (şi prin urmare simţiţi) şi ceea ce atrageţi. De asemenea, există o potrivire între ceea ce gândiţi şi simţiţi în stare de vis şi ceea ce se manifestă în viaţa voastră. *Visele voastre doar vă oferă o străfulgerare a ceea ce aţi creat sau sunteţi pe punctul de a crea - dar nu creaţi efectiv atunci când visaţi.*

Cel mai adesea nu vă daţi seama de şablonul după care gândiţi până când gândurile voastre nu ajung să se manifeste efectiv în viaţa voastră, deoarece v-aţi dezvoltat obişnuinţele treptat de-a lungul unei lungi perioade de timp. Şi, deşi este posibil, chiar după ce s-a manifestat vreun eveniment nedorit, să vă focalizaţi şi să îl transformaţi în ceva ce doriţi, este mult mai dificil să faceţi aceasta odată ce el s-a materializat, înţelegerea a ceea ce este cu adevărat starea de vis vă poate ajuta să recunoaşteţi direcţia în care apucă gândurile voastre înainte ca ele să se manifeste efectiv în viaţa voastră. *Este mult mai uşor să corectaţi direcţia gândurilor voastre atunci când vă este indicată de vise, decât atunci când vă este arătată de o manifestare concretă din realitate.*

Trebuie să le preiau pe toate cele bune şi cele rele?

Jerry: În ce măsură suntem o parte a ceea ce a atras cineva cu care ne asociem (în mod voit sau nu)? Cu alte cuvinte, cât de mult din ceea ce a atras cineva cu care ne asociem este adus în viaţa noastră - lucrurile pe care le dorim sau cele pe care nu le dorim?

Abraham: Nimic nu poate intra în viaţa voastră fără ca voi să îi fi acordat atenţie. Totuşi, cei mai mulţi dintre oameni nu sunt foarte selectivi în ceea ce priveşte aspectele legate de ceilalţi cărora le dau atenţie. Altfel spus, dacă observaţi *totul* la cineva, atunci chemaţi *toate* acele aspecte în viaţa voastră. Dacă acordaţi atenţie doar lucrurilor care vă plac cel mai mult la acea persoană, atunci veţi chema în viaţa voastră numai acele aspecte.

Dacă cineva este în viaţa voastră, voi l-aţi chemat. Şi deşi uneori este greu de crezut, voi atrageţi tot ceea ce este legat de acea persoană - pentru că nimic nu poate intra în viaţa voastră fără ca voi personal să nu îl fi atras.

Nu trebuie să mă „opun răului”?

Jerry: Prin urmare nu trebuie să respingem ceea ce este negativ? Singurul lucru care trebuie să îl facem este să atragem ceea ce ne dorim?

Abraham: Nu este posibil să împingeţi la o parte lucrurile pe care nu le doriţi, pentru că atunci când le împingeţi de fapt le activaţi vibraţia şi prin urmare le atrageţi. Tot ce se află în acest Univers se bazează pe atracţie. Cu alte cuvinte, nu există excludere. Atunci când strigaţi: „Nu!” la lucrurile pe care nu le doriţi, de fapt le invitaţi să vină în viaţa voastră. Atunci când strigaţi „Da!” la lucrurile pe care le doriţi, de fapt le invitaţi să vină în viaţa voastră.

Jerry: Probabil de aici a venit şi zicala : „Nu te opune răului”.

Abraham: *Dacă rezişti unui lucru, te focalizezi asupra lui, îl împingi şi îi activezi vibraţia - şi prin urmare, îl atragi*. Ca atare, nu ar fi o idee prea bună să procedaţi astfel cu ceea ce nu doriţi. De asemenea, „Nu te opune răului” ar putea fi rostit de cineva suficient de înţelept ca să înţeleagă că ceea ce oamenii numesc „rău” nu există.

Jerry: Abraham, care ar fi definiţia voastră în ceea ce priveşte *răul*?

Abraham: Nu există nici un motiv pentru care cuvântul *rău* să existe în vocabularul nostru, deoarece nu există nimic de care să ne dăm seama că s-ar potrivi acestui cuvânt. Atunci când oamenii folosesc acest cuvânt, ei de obicei se referă la „ceea ce se opune binelui”. Am observat că atunci când oamenii folosesc cuvântul *rău*, ei se referă la ceva care se opune ideii lor despre ce este bine sau ce este Dumnezeu. *Răul* este ceea ce nu se află în armonie cu ceea ce îşi doresc ei.

Jerry: Şi *binele*!

Abraham: *Binele* este ceea ce crede cineva că vrea. Vedeţi voi, binele şi răul sunt numai modalităţi de a defini ceea ce este *dorit* şi ceea ce este *nedorit*. Şi ceea ce este *dorit* şi ceea ce este *nedorit* se aplică doar la individul care exercită acţiunea de a vrea. Lucrurile devin foarte înşelătoare atunci când oamenii se implică în ceea ce vor alţii, şi devin şi chiar mai înşelătoare atunci când încearcă să *controleze* dorinţele altora.

Cum aflu ce îmi doresc cu adevărat?

Jerry: Una din cele mai obişnuite griji ale oamenilor, pe care le-am auzit de-a lungul anilor este: „Păi, eu pur şi simplu nu ştiu ce îmi doresc." Cum ştim ce ne dorim?

Abraham: Aţi venit în acest plan fizic cu intenţia de a experimenta varietatea şi contrastul tocmai cu scopul precis de a determina care vă sunt preferinţele şi dorinţele personale.

Jerry: Ne poţi da o idee despre un proces care ne-ar putea ajuta să descoperim ceea ce ne dorim?

Abraham: Experienţa voastră de viaţă vă ajută să descoperiţi în permanenţă ceea ce vă doriţi. Chiar şi atunci când conştientizaţi cu acuitate ceea ce *nu* vă doriţi, chiar în acel moment vă este mai limpede ceea ce *vă* doriţi. Şi este foarte util să rostiţi următoarea afirmaţie: „Vreau să ştiu ce îmi doresc", pentru că odată cu această intenţie rostită conştient, este intensificat procesul atracţiei.

Jerry: Aşadar, persoana care îmi spune: „Vreau să aflu ce îmi doresc" este, în acel moment, pe punctul de a începe să afle ce îşi doreşte?

Abraham: Pe măsură ce aveţi diferite experienţe de viaţă, nu se poate să nu vă identificaţi opiniile şi preferinţele personale, din perspectiva voastră: „Prefer să fac asta, aceea îmi place mai mult decât aceasta, vreau să experimentez aceasta, nu cealaltă". Este imposibil să nu ajungeţi la anumite concluzii proprii pe măsură ce cerneţi detaliile propriei experienţe de viaţă.

Noi nu credem că oamenii au dificultăţi aşa de mari în a decide ceea ce vor, cum au în a crede că vor primi ceea ce îşi doresc... Pentru că ei nu au înţeles puternica *Lege a Atracţiei*, şi pentru că ei nu au fost conştienţi de ceea ce emit din punct de vedere vibraţional, nu au experimentat nici un fel de control conştient asupra lucrurilor care au venit în viaţa lor. Mulţi au trăit neplăcerea de a-şi dori cu adevărat ceva şi de a munci din greu pentru a-l obţine, numai pentru a continua să îl ţină la distanţă, deoarece ei emiteau în mod predominant gânduri care oglindeau lipsa acelui lucru şi nu primirea lui, astfel încât, în timp, ei au început să asocieze primirea lucrurilor dorite

cu munca grea, cu lupta şi dezamăgirea.

Aşa că atunci când ei spun: „Nu ştiu ce vreau” în realitate ei spun: „Nu ştiu cum să obţin ceea ce vreau” sau „Nu sunt dispus să fac ceea ce bănuiesc că ar trebui să fac pentru a încerca să obţin ceea ce vreau” şi „Nu mai vreau să muncesc iar din greu numai ca să am neplăcerea de a nu obţine totuşi ceea ce vreau!”

A face afirmaţia: „Vreau să ştiu ce îmi doresc!” este un prim pas puternic către *Creaţia Deliberată*. Dar apoi, trebuie să urmeze obligatoriu o direcţionare a atenţiei voastre către lucrurile pe care vreţi să le atrageţi în viaţa voastră.

Cei mai mulţi oameni nu şi-au orientat cu bună ştiinţă gândurile către lucrurile pe care le doresc cu adevărat, ci în schimb, ei doar observă ceea ce se petrece în jurul lor. Aşa că atunci când văd ceva care îi mulţumeşte, ei simt o emoţie pozitivă, iar când văd ceva care îi nemulţumeşte, ei simt o emoţie negativă. *Puţini realizează că ei pot controla felul în care se simt şi că pot afecta în mod favorabil lucrurile care vin în viaţa lor, prin direcţionarea cu bună ştiinţă a gândurilor lor. Dar, deoarece ei nu sunt obişnuiţi să facă acest lucru, este nevoie de practică.* Acesta este motivul pentru care noi încurajăm *Atelierele Creativităţii*. Prin direcţionarea în mod intenţionat a gândurilor voastre şi prin crearea unor scenarii mulţumitoare în mintea voastră, care să vă inducă emoţii plăcute, începeţi să vă schimbaţi propriul *punct de atracţie*.

Universul, care răspunde la ceea ce gândiţi, nu distinge între un gând care v-a venit ca urmare a observării unei realităţi la care aţi fost martori şi un gând apărut ca urmare a imaginaţiei voastre. În ambele cazuri, gândul este egal cu punctul vostru de atracţie - şi dacă vă concentraţi asupra lui suficient de mult timp, va deveni realitatea voastră.

Am vrut albastru şi galben, dar am primit verde

Atunci când vă este clar tot ceea ce doriţi, veţi primi toate rezultatele pe care le doriţi. Dar adeseori nu vă este complet limpede. De exemplu, spuneţi: „Vreau culoarea galben şi vreau culoarea albastru.” Dar ce primiţi în cele din urmă este verde. Şi pe urmă spuneţi: „Cum de am obţinut verde? Eu nu am avut deloc asemenea intenţie.” Dar vedeţi voi, ce a ieşit a fost un amestec de intenţii (desigur, amestecând galben cu albastru se obţine culoarea verde).

Şi astfel, în mod asemănător (la un nivel inconştient), există un amestec de intenţii care apare încontinuu în voi, dar care este atât de complex încât mecanismul gândirii conştiente nu îi poate face faţă. Dar *Fiinţa Voastră Interioară* poate să le separe - şi vă poate oferi emoţii care să vă ghideze. Tot ce se cere este ca voi să fiţi atenţi la modul în care vă simţiţi, şi apoi să vă lăsaţi atraşi de acele lucruri care vă fac să vă simţiţi bine, respectiv să vă îndepărtaţi de lucrurile care nu vă creează un sentiment plăcut.

Atunci când aţi început să vă clarificaţi măcar puţin intenţiile, veţi descoperi, chiar din fazele incipiente ale interacţiunii cu ceilalţi, că ştiţi dacă ceea ce ei oferă este de valoare sau nu. Veţi şti dacă vreţi să îi chemaţi în viaţa voastră sau nu.

Cum îl atrage victima pe hoţ?

Jerry: Pot înţelege că hoţii sunt atraşi de cei pe care îi jefuiesc, dar este dificil de înţeles cum *atrag* furtul victimele inocente (cum sunt numite), sau cum *atrag* prejudiciul persoanele împotriva cărora se fac discriminări.

Abraham: Dar ei sunt la fel. Agresorul şi cel agresat sunt co-creatori ai evenimentului.

Jerry: Prin urmare, unul dintre ei se gândeşte la ceea *ce nu doreşte* să se petreacă, şi îl obţine, iar celălalt se gândeşte la ceea *ce vrea* să se petreacă, şi obţine (esenţa vibraţională a acelui lucru). Altfel spus, ei se potrivesc vibraţional, cum spuneţi voi?

Abraham: Nu este nici o diferenţă dacă doriţi sau nu detaliile acelui lucru; esenţa vibratorie a subiectului atenţiei voastre este cea care va fi atrasă. *Ceea ce vă doriţi cu adevărat, obţineţi - şi ceea ce cu adevărat nu vă doriţi, obţineţi*.

Singurul mod de a evita dezvoltarea unui gând puternic emoţional referitor la ceva este de a nu lua în seamă gândul iniţial, care nu este aşa de puternic, şi la care mai apoi se adaugă altele, prin *Legea Atracţiei*.

Hai să spunem că citiţi în ziar că cineva a fost jefuit. Dacă nu citiţi raportul detaliat care stârneşte emoţia cea mare în voi, cititul sau auzitul ştirii respective nu vă pune în mod necesar în starea de a atrage. Dar dacă citiţi despre aceasta sau vedeţi la televizor sau discutaţi despre aceasta cu altcineva, atunci începeţi să atrageţi mai aproape de voi o experienţă similară.

Atunci când ascultaţi statisticile referitoare la procentajul de populaţie care va fi jefuit anul acesta, trebuie să înţelegeţi că cifrele sunt aşa de mari şi continuă să crească pentru că atât de mulţi oameni sunt stimulaţi de acest gând. Acele *avertismente* nu vă protejează de furturi, ci abia că le fac mai probabile. Ele fac aşa o treabă bună făcându-vă conştienţi de prevalenţa furturilor, aducând asta în atenţia voastră din nou şi din nou, încât nu numai că vă gândiţi cu emoţie la acest lucru - dar chiar vă aşteptaţi să vi se petreacă. *Nici nu e de mirare că obţineţi atât de multe din lucrurile pe care nu le doriţi - doar le acordaţi atât de multă atenţie* ...

Noi v-am recomanda ca atunci când auziţi de un atac, să spuneţi: „Aceasta este experienţa lor. Eu nu aleg aceasta.” Şi apoi lăsaţi la o parte gândul la ceea ce *nu doriţi*, şi gândiţi-vă la ceea ce vreţi, pentru că *obţineţi ceea ce gândiţi, fie că vreţi sau nu*.

Aţi venit în acest mediu împreună cu atâţia alţii deoarece v-aţi dorit

această minunată experienţă de a crea la unison. Puteţi atrage din rândurile populaţiei pe acei oameni cu care v-ar plăcea să creaţi în mod pozitiv, şi puteţi atrage de la oamenii din viaţa voastră experienţele pe care aţi dori să le aveţi. *Nu este nici necesar, nici posibil, să evitaţi sau să vă ascundeţi de persoanele sau experienţele nedorite - dar este posibil să atrageţi numai oamenii şi experienţele care vă mulţumesc*.

Am hotărât să îmi îmbunătăţesc viaţa

Jerry: Îmi amintesc că, pe când eram copil, aveam o sănătate extrem de precară şi corpul meu era foarte slab; şi apoi ca adolescent, am hotărât şi chiar am reuşit să îmi amplific forţa corporală, şi am învăţat cum să mă apăr. Am practicat arte marţiale şi am devenit foarte bun la autoapărare.

Din adolescenţă până când am împlinit 33 de ani, rar trecea o săptămână în care să nu fi avut ceea ce obişnuiam să numim „o bătaie cu pumnii”, în care să nu fi lovit pe cineva în cap. Apoi, în cel de-al 33-lea an al meu, după ce am citit (în antologia Talmudică) despre cât de neproductiv era să te răzbuni, am luat unele decizii majore - şi de atunci nu am mai lovit nici o singură persoană. Cu alte cuvinte, toţi acei oameni care credeam că se iau de alţii şi care începeau să se bată cu mine (fizic şi mental), toţi acei oameni care căutau bătaia cu dinadinsul au încetat să mai îmi iasă în cale.

Abraham: Aşadar în cel de-al 33-lea an al vieţii tale ai schimbat direcţia forţei tale de atracţie. Vezi tu, de-a lungul vieţii tale, având acele lupte, săptămână de săptămână, ai ajuns la anumite concluzii referitor la ceea ce îţi doreşti şi ceea ce nu îţi doreşti. Şi chiar dacă nu ai fost conştient de asta, cu fiecare luptă îţi devenea tot mai limpede că nu mai doreşti acea experienţă.

Nu îţi plăcea să fii rănit; nu îţi plăcea să îi răneşti pe ceilalţi; şi chiar dacă te simţeai pe deplin îndreptăţit să te lupţi, în tine începeau să ia naştere anumite preferinţe clare. Atragerea cărţii de care ai vorbit a venit ca o consecinţă a acestor intenţii. Şi pe măsură ce citeai acea carte, ea răspundea întrebărilor care se formulaseră la mai multe nivele ale Fiinţei tale. Şi pe măsură ce soseau aceste răspunsuri, se clarifica o nouă intenţie, şi un nou *punct de atracţie* lua naştere în tine.

Ce se află în spatele prejudecăţilor noastre religioase şi rasiale?

Jerry: De ce există prejudecăţile?

Abraham: Adesea se poate simţi că există unii cărora nu le plac anumite caracteristici ale altor Fiinţe, aşa că ei sunt responsabili de apariţia prejudecăţii, datorită faptului că ei resping acele caracteristici. Vrem să punctăm faptul că nu doar cel acuzat de aceasta cauzează prejudiciul. Cel mai adesea, cel care simte îndreptată asupra lui discriminarea, este cel mai

puternic creator al acestei experienţe.

Fiinţa care simte că ceilalţi nu îl plac - indiferent de motiv - fie că este vorba de religie, rasă, sex sau statut social... - prin atenţia pe care o acordă acestui subiect, îşi atrage problemele.

„Cine se aseamănă se adună” sau „contrariile se atrag”?

Jerry: Abraham, există o zicală care pare că nu se potriveşte nicicum cu ceea ce am auzit de la voi. Şi anume aceea că: „Contrariile se atrag”. Asta pare diferit de ceea ce ne învăţaţi voi, atâta timp cât „ce se aseamănă se adună”. De exemplu, contrariile par că se atrag, aşa cum de exemplu, un bărbat extrovertit se va însura cu o femeie timidă sau o femeie extravertită va fi atrasă de un bărbat sfios.

Abraham: Tot ceea ce vezi şi toţi cei pe care îi cunoşti emit semnale sub formă de vibraţii, şi aceste semnale trebuie să se potrivească, înainte ca atracţia să se producă. Deci chiar şi în situaţia în care oamenii par să fie diferiţi, trebuie să existe o bază dominantă de similitudine vibraţională între ei, pentru ca să fie împreună. Este *Lege*. În toţi oamenii există vibraţii corespunzătoare lucrurilor dorite şi vibraţii corespunzătoare lipsei a ceea ce este dorit, şi tot ceea ce apare în viaţa lor se potriveşte întotdeauna vibraţiilor care sunt dominante. Fără excepţie.

Să introducem conceptul de *armonie*. Când doi oameni sunt exact la fel, intenţiile lor nu pot fi îndeplinite. Cu alte cuvinte, cineva care vrea să vândă nu face bine atrăgând un alt vânzător. Dar atrăgând un cumpărător, ia naştere *armonia*.

Timidul atrage femeia extravertită pentru că *intenţia* sa este de a fi mai sociabil, aşa că el de fapt atrage *subiectul* intenţiei sale.

O tigaie magnetizată, a cărei esenţă este din fier, va atrage către ea un alt obiect a cărui esenţă este de fier (adică un bold sau un cui sau altă tigaie de fier), dar nu va atrage o tigaie făcută din cupru sau aluminiu.

Atunci când vă reglaţi receptorul radio pe frecvenţa de 98,7 FM nu puteţi să prindeţi semnalul emis pe frecvenţa de 630 AM. Aceste frecvenţe trebuie să corespundă.

Nu există nici-o dovadă vibratorie, nicăieri în Univers, care să susţină ideea că contrariile se atrag. Nu se atrag.

Cum e atunci când ceea ce era cândva bine, acum este rău?

Jerry: Cum se face că unii oameni par să atragă în cele din urmă ceva ce şi-au dorit cu adevărat, dar atunci când acel lucru vine, se dovedeşte a fi un lucru foarte negativ, care le aduce suferinţă?

Abraham: Adesea, oamenii vor decide ceea ce vor dintr-un loc care se află foarte departe de ceea ce este dorit. Dar în loc să se concentreze

asupra acelei dorinţe, şi să se acordeze cu vibraţia ei până când obţin alinierea din punct de vedere vibraţional cu ceea ce doresc în mod real - îngăduind *Legii Atracţiei* să acţioneze aducându-le din Univers rezultatele care corespund perfect - ei devin nerăbdători şi încearcă să *facă* să se petreacă lucrurile, trecând la acţiune. Dar atunci când ei trec la acţiune înainte de a-şi fi îmbunătăţit conţinutul vibraţiilor lor, ceea ce obţin este ceva care se potriveşte vibraţiei lor curente în loc să fie ceva care să corespundă dorinţei lor.

Până când nu vă modelaţi vibraţia, există adesea, o mare prăpastie între vibraţia a ceea ce doriţi şi cea pe care o emiteţi. Cu toate acestea, ceea ce vine către voi corespunde fără excepţie vibraţiei pe care o emiteţi.

De exemplu, să spunem că o femeie a ieşit de curând dintr-o relaţie de cuplu neplăcută, în care partenerul ei a agresat-o verbal şi fizic. Ea nici nu şi-a dorit, nici nu i-a plăcut aceasta. Aşa că, din punctul acela în care ştie cu adevărat ce nu îşi doreşte, ea enunţă cu claritate ceea ce îşi doreşte. Ea vrea un partener care să o iubească şi să o trateze cu respect şi bunătate. Dar ea se simte foarte nesigură fără un partener, şi îşi doreşte unul imediat. Şi astfel, ea merge într-unul din locurile unde s-a obişnuit să meargă şi întâlneşte pe cineva care pare a fi destul de drăguţ. Dar ceea ce nu-şi dă ea seama este că *Legea Atracţiei* încă îi aduce ceea ce este încă dominant în ea. Şi chiar în acel moment, ceea ce domină în ea este vibraţia a ceea ce nu îşi doreşte, pentru că părţile nedorite din fosta ei relaţie sunt mult mai prezente în gândurile ei decât noile intenţii pe care şi le-a propus, în nerăbdarea ei de a-şi alina sentimentul de insecuritate, ea acţionează şi se aruncă în această nouă relaţie - şi primeşte încă mai mult din ceea ce este dominant în vibraţia ei.

Noi am încuraja-o să ia lucrurile mai încet şi să petreacă mai mult timp gândindu-se la ceea ce îşi doreşte, până când aceste gânduri devin baza vibraţiei sale dominante. Şi atunci, să lase *Legea Atracţiei* să îi aducă noul şi minunatul partener.

Jerry: OK, asta este logic. Pe undeva e la fel cum ziceam şi noi: „Au obţinut nişte lucruri pentru care nu s-au târguit".

Abraham: De aceea este valoros procesul *Atelierul Creativităţii*. Atunci când intraţi în Atelierul vostru, vizualizând *toate* acele minunate posibilităţi, lăsându-vă emoţiile să iasă la suprafaţă atunci când vă apropiaţi de lucrurile pe care vi le doriţi cu adevărat, şi apoi urmărind să rămâneţi focalizaţi asupra celor care vă fac să vă simţiţi bine, nu veţi mai avea prea mult de lucru. Veţi descoperi cum să faceţi ca ceea ce vă doriţi să devină vibraţia voastră dominantă, şi apoi când *Legea Atracţiei* va acţiona conform acestor gânduri, nu veţi fi surprinşi. De fapt, veţi începe să recunoaşteţi (manifestarea) lucrurilor minunate pe care le-aţi creat în minte.

Oare totul este alcătuit din gânduri?

Jerry: Oare tot şi toţi sunt alcătuiţi *din* şi *prin* gânduri? Sau nici una din variante nu e valabilă?

Abraham: Ambele sunt valabile. Gândul poate fi atras de alte gânduri prin puterea *Legii Atracţiei*. Gândul este vibraţia în conformitate cu care acţionează *Legea Atracţiei*. Gândul este materialul sau manifestarea, şi este de asemenea vehiculul prin care sunt atrase sau create toate lucrurile.

Imaginaţi-vă lumea ca pe un fel de bucătărie bine dotată, în care orice ingredient care a fost vreodată visat, luat în considerare, gândit sau dorit, există din abundenţă, în cantităţi interminabile; şi imaginaţi-vă că sunteţi bucătarul, scoţând din rafturi orice ingredient, în orice cantitate doriţi, şi amestecându-le împreună pentru a face prăjitura care vă este în mod curent pe plac.

Vreau mai multă bucurie, fericire şi armonie

Jerry: Dar dacă cineva v-ar spune: „Abraham, vreau să fiu mai vesel. Cum pot folosi ceea ce mă înveţi pentru a atrage mai multă bucurie, fericire şi armonie în viaţa mea?”

Abraham: Mai întâi, am felicita persoana că a descoperit cea mai importantă dorinţă din toate: *căutarea bucuriei*. Pentru că atunci când cauţi şi găseşti bucuria, nu numai că descoperi alinierea perfectă cu *Fiinţa ta Interioară* şi cu cel-care-eşti-cu-adevărat, dar descoperi de asemenea şi alinierea vibratorie cu lucrurile pe care le doreşti.

Atunci când bucuria contează cu adevărat pentru voi, nu vă veţi mai permite să vă focalizaţi asupra lucrurilor neplăcute - şi ca urmare a faptului că vă gândiţi doar la lucruri plăcute vă veţi crea o viaţă minunată, plină cu toate lucrurile pe care le doriţi.

Atunci când menţineţi dorinţa de a fi veseli şi sunteţi sensibili la modul la care simţiţi, şi prin urmare, vă îndreptaţi gândurile în direcţia lucrurilor care vă fac să vă simţiţi din ce în ce mai bine, vă veţi îmbunătăţi frecvenţa de vibraţie, şi punctul *vostru de atracţie* va deveni unul care va atrage - prin intermediul *Legii Atracţiei* - numai lucrurile pe care le doriţi.

Orientarea cu bună ştiinţă a gândurilor voastre este cheia către o viaţă plină de veselie, dar dorinţa de a simţi bucuria este cea mai bună dintre toate... pentru că, în căutarea bucuriei, găsiţi gândurile care atrag viaţa minunată pe care o doriţi.

Nu este egoist din partea mea să vreau mai multă bucurie?

Jerry: Unii ar spune că este foarte egoist ca cineva să îşi dorească să fie bucuros tot timpul, de parcă a dori bucuria este ceva negativ.

Abraham: *Adesea suntem acuzaţi că vrem să vă învăţăm să fiţi egoişti, şi noi suntem de acord că în mod sigur asta facem, deoarece nu puteţi percepe viaţa dintr-o altă perspectivă decât cea care vă este proprie. Egoismul* este simţul sinelui. Este imaginea pe care o menţineţi asupra voastră. Fie că vă focalizaţi asupra voastră sau asupra altcuiva, o faceţi din punctul de vedere egotic al vibraţiei voastre specifice, şi orice simţiţi este *punctul vostru de atracţie*.

Aşadar, dacă din perspectiva proprie sunteţi focalizaţi asupra a ceva care vă face să vă simţiţi bine, atunci punctul *vostru de atracţie* este de aşa manieră, încât lucrurile pe care le atrageţi - datorită *Legii Atracţiei* - vă vor face plăcere când le veţi primi.

Dacă, totuşi, nu sunteţi suficient de egoişti ca să insistaţi a vă concentra într-un mod care vă face să vă simţiţi bine, şi vă focalizaţi asupra a ceva neplăcut, *atunci punctul vostru de atracţie* va fi în aşa fel încât veţi atrage în mod negativ - şi nu o să vă facă plăcere ceea ce veţi primi.

Dacă nu sunteţi suficient de egoişti ca să vă pese de modul în care vă simţiţi, şi prin urmare să vă orientaţi gândurile într-un mod care să permită conectarea cu adevărat la Fiinţa Voastră Interioară, oricum nu veţi avea nimic de oferit altora.

Toată lumea este egoistă. Nu este posibil să fii altfel.

Ce este mai moral, să dai sau să primeşti?

Jerry: Deci, se pare că voi consideraţi că *a da* este tot atât de corect şi de plin de bucurie ca şi *a primi*. Altfel spus, nu credeţi că cineva ar fi superior din punct de vedere moral altcuiva?

Abraham: Datorită puternicei *Legi a Atracţiei*, orice dăruiţi - prin vibraţiile pe care le emiteţi - veţi primi înapoi... *Legea Atracţiei clasifică întotdeauna cu precizie lucrurile şi îi aduce fiecăruia ceea ce se potriveşte cu gândurile sale*. Aşadar, atunci când trimiteţi un gând de bunăstare, veţi primi întotdeauna echivalentul care îi corespunde. Atunci când emiteţi gânduri pline de ură, *Legea Atracţiei* nu vă poate aduce înapoi ca rezultat gânduri pline de iubire. Aceasta ar fi împotriva *legii*.

Adesea atunci când oamenii vorbesc despre a da şi a primi, ei se referă la roadele acţiunilor lor, sau la lucruri materiale, dar *Legea Atracţiei* nu răspunde la cuvintele şi acţiunile voastre, ci la vibraţia care stă la baza acestor cuvinte şi acţiuni.

Să spunem că vedeţi pe cineva care are nevoie de unele lucruri. Poate nu au nici un ban, sau hrană sau mijloace de transport. Şi pe măsură ce îi vedeţi, vă simţiţi trişti (pentru că vă focalizaţi asupra lipsurilor lor şi se activează în interiorul vostru propria voastră vibraţie), şi în acea stare de tristeţe le dăruiţi bani sau mâncare. Vibraţia pe care o transmiteţi le va spune de fapt: *Fac asta pentru tine, pentru că văd ca tu singur nu poţi s-o faci pentru tine*. Vibraţia voastră este de fapt focalizată asupra lipsei lor de

bunăstare şi prin urmare, deşi le-aţi oferit bani prin acţiunea voastră, *cadoul vostru dominant le va perpetua această lipsă*.

Noi vă încurajăm să vă imaginaţi pe îndelete aceşti oameni într-o situaţie mai bună. Insistaţi asupra gândului că ei vor avea succes şi fericire, şi odată ce aceasta este vibraţia dominantă pe care o aveţi referitor la ei, puteţi să le oferiţi orice simţiţi că sunteţi inspirat, în acest caz, datorită vibraţiei dominante a fiinţei voastre, în timp ce vă orientaţi atenţia asupra persoanei lor, veţi atrage o vibraţie de bunăstare corespunzătoare pentru ei. Cu alte cuvinte, le veţi înălţa vibraţia, îi veţi ajuta astfel să găsească vibraţia care se potriveşte cu dorinţa lor de bunăstare, în locul vibraţiei care corespunde situaţiei lor curente. Din punctul nostru de vedere, este singurul mod de *a da*, cu adevărat valoros.

Aşa că întrebarea nu este: „Care acţiune este superioară, a da sau a primi?" întrebarea este: „Care acţiune este superioară, a te focaliza asupra a ceva *dorit* sau asupra a ceva *nedorit!*" „Ce este mai bine, a înălţa pe cineva crezând în succesul lui sau a adăuga la descurajarea lui observând în ce hal se află?" „Ce este mai bine, să fiu aliniat cu *Fiinţa mea Interioară* şi apoi să acţionez, sau să nu fiu aliniat şi să acţionez?" „Care acţiune este superioară, a adăuga la succesul cuiva sau a adăuga la eşecul cuiva?"

Cel mai mare dar pe care îl puteţi face cuiva este darul de a spera că va avea succes.

Există tot atât de multe lumi diferite, pe câţi indivizi, Fiinţe sau „receptori" există. Nu vă aflaţi aici pentru a crea o lume în care toată lumea este la fel, dorind şi obţinând acelaşi lucru. Sunteţi aici pentru a fi ceea ce sunteţi, în timp ce îi lăsaţi pe ceilalţi să fie ceea ce vor *ei* să fie.

Ce s-ar întâmpla dacă toată lumea ar primi tot ceea ce îşi doreşte?

Jerry: Hai să fiu avocatul diavolului aici. Dacă fiecare dintre fiinţele egoiste de pe planetă ar obţine ceea ce îşi doreşte fiecare, în ce fel de încurcătură s-ar afla omenirea?

Abraham: Nu ar fi şi nici nu este deloc o „încurcătură". Pentru că, prin intermediul *Legii Atracţiei*, ei ar atrage pe cei care sunt în armonie cu interesele lor. Vedeţi voi, locul acesta în care trăiţi este foarte bine echilibrat. Există câte puţin din fiecare, într-o proporţie suficientă, îndestulătoare şi variată, pentru a vă da toate ingredientele în această minunată şi vastă „bucătărie" în care aţi venit pentru a participa.

Cum pot să îi ajut pe cei care suferă?

Jerry: Eu am o viaţă minunată şi plină de bucurie, dar îmi dau seama adesea că există multă suferinţă în jurul meu. Ce aş putea să fac pentru ca

această viaţă să fie lipsită de durere pentru toată lumea?

Abraham: Nu poţi crea viaţa altor persoane, pentru că nu poţi gândi în locul lor... Gândurile pe care le au, cuvintele pe care le rostesc sau acţiunile pe care le întreprind sunt cele care scot la suprafaţă răspunsul emoţional (suferinţa) din *Fiinţa lor Interioară*. *Ei îşi creează propria agonie gândindu-se la ceea ce nu îşi doresc*.

Acum, ceea ce puteţi face voi pentru ei este să le oferiţi exemplul personal al bucuriei. Deveniţi Fiinţe care se gândesc numai la ceea ce îşi doresc; care fac numai ceea ce vor - şi prin urmare au doar emoţii pline de bucurie.

Jerry: Pot face asta. Pot să mă concentrez numai asupra a ceea ce îmi doresc, asupra acelei bucurii, şi pot să învăţ să le dau voie să trăiască orice experienţă aleg ei să creeze. Aşadar ar fi mai corect spus că, dacă mă focalizez asupra experienţelor lor dureroase, voi crea acum suferinţă şi în propria mea viaţă? Şi atunci voi oferi aceste exemplu - al experienţelor dureroase.

Abraham: Să zicem că cineva care suferă vine în viaţa ta şi pe măsură ce îl vezi în acea situaţie dureroasă în care se află, în tine creşte dorinţa ca el să descopere ieşirea din acea situaţie, aşa că mintea lui abia te-a atins uşor în timp ce tu ţi-ai identificat cu rapiditate dorinţa ca el să găsească soluţia aducătoare de bucurie. *Dacă tu apoi îţi orientezi întreaga ta Atenţie către rezolvarea cu succes de către el a situaţiei dureroase, nu vei simţi nici o durere reală, şi chiar ai putea să fii catalizatorul care îl inspiră să găsească soluţia. Acesta este un exemplu de elevare autentică. Totuşi, dacă te concentrezi doar asupra suferinţei lui, sau asupra situaţiei care a produs-o, vei activa în tine însuţi vibraţia care îi corespunde, şi vei simţi de asemenea şi durere, pe măsură ce începi să atragi ceea ce nu îţi doreşti*.

Oare cheia este să fiu eu însumi un exemplu de bucurie?

Jerry: Cheia este să continui să caut eu însumi bucuria? Pentru a da un exemplu şi pentru a le îngădui celorlalţi - *cu adevărat* - să aibă orice experienţă aleg ei (în orice fel aleg) pentru ei înşişi?

Abraham: În mod real nu ai de ales altceva decât să le dai voie să aibă experienţele pe care le atrag, pentru că nu poţi gândi sau emite vibraţii în locul lor - şi prin urmare, nu-poţi atrage în locul lor. Adevărata îngăduinţă constă în a-ţi menţine propriul echilibru, propria bucurie, indiferent de ceea ce fac ei. Aşa că avantajul pe care li-l oferi lor este că, în timp ce tu rămâi în echilibru, conectat la propria ta *Fiinţă Interioară*, aliniat cu minunatele resurse dătătoare de viaţă din Univers, şi te focalizezi asupra lor, ei au de câştigat. Cu cât te simţi tu mai bine în timp ce te gândeşti la ceilalţi, cu atât este mai mare puterea influenţei tale pozitive.

Vei şti că ai atins punctul în care le *Îngădui* să fie, să facă sau să aibă ceea ce vor (sau nu), atunci când, deşi eşti conştient de ceea ce fac ei, nu simţi nici o emoţie negativă legat de asta. *Atunci când ai ajuns în acest punct, simţi bucurie observând experienţele tuturor*.

Cu întrebările tale ai închis cercul care ne permite să vă explicăm cele trei legi care sunt atât de importante.

Legea Atracţiei răspunde vibraţiei gândurilor voastre.

Pe măsură ce emiteţi în mod deliberat gânduri alegându-le pe cele plăcute, vă permiteţi să vă conectaţi la *Fiinţa Interioară*, la ceea-ce-sunteţi-cu-adevărat. Atunci când sunteţi conectaţi la ceea-ce-sunteţi-cu-adevărat, oricine îşi îndreaptă atenţia asupra voastră are de câştigat. Şi desigur, în toate acestea, voi simţiţi bucurie!

Cu timpul veţi deveni atât de conştienţi de cum vă simţiţi, şi vă veţi obişnui atât de mult să emiteţi gânduri cu o anumită intenţie, încât starea voastră predominantă va fi de atracţie pozitivă. Şi atunci (cu adevărat, *numai atunci*), vă veţi simţi bine lăsându-i pe ceilalţi să creeze aşa cum vor ei. *Atunci când veţi înţelege că lucrurile negative nu se pot impune singure în viaţa voastră, ci că totul este chemat spre şi de către voi prin intermediul gândului, nu vă veţi mai simţi niciodată ameninţaţi de ceea ce ar alege ceilalţi să trăiască, chiar dacă ei sunt foarte aproape de voi - pentru că ei nu vor putea lua parte la experienţele voastre*.

Pot să gândesc negativ şi totuşi să mă simt pozitiv?

Jerry: Şi cum se poate ca noi să dăm atenţie unui fapt negativ sau să ne gândim la el, şi totuşi să nu avem un răspuns emoţional negativ la aceasta?

Abraham: Nu se poate. Şi nu vă sugerăm să încercaţi. Cu alte cuvinte, a nu avea *niciodată* emoţii negative ar fi tot una cu a spune: „Să nu aveţi un *Sistem de Ghidare*! Nu băgaţi în seamă *Sistemul Vostru de Ghidare Emoţională*!" Şi asta este opusul a ceea ce vă spunem noi. Noi vrem ca voi să fiţi conştienţi de emoţiile voastre şi apoi să vă reorientaţi gândurile până când vă veţi simţi uşuraţi.

Atunci când sunteţi focalizaţi asupra unui gând (negativ) micuţ, veţi simţi o uşoară emoţie negativă (nedorită). Şi dacă sunteţi sensibili la felul în care simţiţi şi vreţi să vă simţiţi mai bine, vă veţi schimba gândul. Este mai uşor să-l schimbaţi atunci când gândul este mic şi emoţia este relativ uşoară. Este mult mai greu să-l schimbaţi atunci când gândul a crescut şi emoţia la fel. Emoţia va fi proporţională ca intensitate cu cantitatea de gânduri condensate prin *Legea Atracţiei*. Cu cât vă focalizaţi mai mult asupra a ceea ce nu doriţi, cu atât mai mare şi mai puternic va deveni gândul. Dar dacă sunteţi sensibil la emoţiile voastre şi vă retrageri foarte iute atenţia de la subiectul nedorit, veţi începe să vă simţiţi mai bine, şi veţi înceta să mai atrageţi lucrul nedorit.

Care ar fi câteva cuvinte pentru a amplifica starea de bine?

Jerry: Aţi putea să ne spuneţi câteva cuvinte pe care le-am putea folosi pentru a atrage diferite lucruri, cum ar fi, de exemplu, sănătatea perfectă...?

Abraham: *Doresc sănătatea perfectă! Îmi place să mă simt bine. Mă simt bine în trupul meu. Am multe amintiri plăcute despre cât de bine mă simt în corpul meu. Văd mulţi oameni care se află într-o stare de sănătate bună evidentă, şi este uşor de văzut cât de mult se bucură şi ei de corpurile lor. Atunci când am gânduri ca acestea, mă simt bine. Aceste gânduri sunt în armonie cu un corp sănătos*.

Jerry: Ce ziceţi de prosperitate materială?

Abraham: *Doresc prosperitate materială! Există o mulţime de lucruri minunate care sunt cu adevărat disponibile în această lume minunată, şi prosperitatea materială deschide poarta către multe dintre acestea. Deoarece Legea Atracţiei răspunde gândurilor mele, m-am hotărât să mă focalizez în mod predominant asupra abundenţei care este posibilă, înţelegând că este doar o chestiune de timp până când gândurile mele de prosperitate vor fi urmate de un şuvoi de prosperitate materială. Deoarece Legea Atracţiei îmi va aduce obiectul gândurilor mele, aleg abundenţa*.

Jerry: Şi o relaţie minunată?

Abraham: *Îmi doresc să am relaţii minunate. Mă bucur de compania unor oameni drăguţi, inteligenţi, amuzanţi, energici, şi mă bucur ştiind că această planetă este plină de asemenea oameni. Am întâlnit atât de mulţi oameni interesanţi, şi îmi place să descopăr calităţi fascinante în cei pe care îi întâlnesc. Se pare că cu cât îmi plac mai mult oamenii, cu atât apar în viaţa mea mai mulţi oameni pe care îi îndrăgesc, îmi place acest moment de co-creaţie spectaculoasă*.

Jerry: Dar experienţele non-corporale pozitive?

Abraham: *Doresc să îi atrag pe cei care sunt în armonie cu mine, atât din lumea fizică, cât şi din lumea subtilă. Sunt fascinat de Legea Atracţiei şi mă simt liniştit ştiind că atunci când mă simt bine, nu pot atrage decât ceea ce este bun. Mă bucur să înţeleg că la baza a ceea ce este imaterial se află Energia pură, pozitivă, îmi place să mă folosesc de Sistemul meu de Ghidare Emoţională pentru a mă întâlni cu acea Sursă*.

Jerry: Şi despre creşterea continuă, plină de bucurie?

Abraham: *Sunt o fiinţă care caută evoluţia, şi este incitant să îmi amintesc că expansionarea nu este numai naturală, dar este şi inevitabilă, îmi place să ştiu că bucuria este doar o alegere. Aşa că, dacă evoluţia mea este inevitabilă, eu aleg ca ea să fie în întregime plină de bucurie*.

Jerry: Şi asta va atrage aceste lucruri?

Abraham: Doar cuvintele nu vă vor aduce manifestarea imediată a ceea ce cereţi, dar cu cât le rostiţi mai des, cu atât mai bine vă veţi simţi pe măsură ce le rostiţi, şi cu atât mai pură (sau mai puţin contradictorie) va fi vibraţia voastră. Şi în curând, lumea voastră se va umple cu acele lucruri despre care aţi vorbit... *Cuvintele singure nu atrag, dar atunci când simţiţi emoţie rostindu-le, aceasta înseamnă că vibraţia voastră este puternică - şi Legea Atracţiei trebuie să răspundă acestor vibraţii.*

Care este măsura succesului nostru?

Jerry: Ce consideraţi voi că este succesul? Care ziceţi că ar fi semnele *succesului*!

Abraham: Dobândirea a orice vă doriţi trebuie considerată ca un succes - fie că este vorba de un trofeu, bani, relaţii sau obiecte. Dar dacă veţi face ca măsura succesului vostru să fie dobândirea bucuriei, restul îşi va găsi locul potrivit. Pentru că găsind bucuria, veţi descoperi că sunteţi aliniaţi ca vibraţie cu resursele din Univers.

Nu puteţi simţi bucurie în timp ce vă concentraţi asupra a ceva nedorit, sau asupra lipsei a ceea ce vă doriţi; de aceea când simţiţi bucurie, nu puteţi emite vibraţii contradictorii. Şi numai contradicţia dintre propriile voastre gânduri şi vibraţii poate să vă îndepărteze de lucrurile pe care le doriţi.

Este amuzant să vezi cum majoritatea oamenilor îşi petrec cea mai mare parte a vieţii căutând un sistem de reguli cu care să îşi măsoare experienţele de viaţă, uitându-se în afară după cineva care să le spună ce e bine şi ce e greşit, când încă de la bun început ei poartă în ei înşişi un *Sistem de Ghidare* care este atât de sofisticat, atât de complex, atât de precis şi care este oricând gata să le stea la dispoziţie.

Fiind atenţi la acest *Sistem de Ghidare Emoţională*, şi căutând gândul cel mai plăcut pe care îl puteţi găsi în momentul de faţă din punctul în care vă aflaţi, veţi permite perspectivei voastre mai ample să vă ajute să vă mişcaţi în direcţia lucrurilor pe care le doriţi cu adevărat.

Contemplând magnificele contraste din realitatea voastră fizică dominată de timp şi spaţiu, fiind conştienţi de felul în care vă simţiţi, şi orientându-vă în mod voit gândurile spre ceea ce este tot mai plăcut, cu timpul veţi începe să vă vedeţi viaţa prin ochii *Fiinţei voastre Interioare*, care este mult mai amplă. Şi pe măsură ce veţi face aceasta, veţi simţi satisfacţia de a vă afla pe calea pe care aţi ales-o din acea perspectivă imaterială în care vă aflaţi când aţi ales să vă încarnaţi în acest corp minunat. Pentru că din acel avantajos punct de vedere imaterial, aţi înţeles natura etern evolutivă a fiinţei voastre şi promisiunile pe care le ascundea acest mediu excepţional, plin de contraste. Aţi înţeles natura acestui magnific *Sistem de Ghidare* şi

modul cum, cu ceva practică, aţi putea să priviţi această lume aşa cum o vede *Fiinţa voastră Interioară*. Aţi înţeles puternica *Lege a Atracţiei* şi corectitudinea şi precizia cu care ea răspunde voinţei libere a tuturor creatorilor.

Căutând cel mai plăcut gând pe care îl puteţi găsi, vă reconectaţi la acea perspectivă şi vă veţi înfiora de îndată ce veţi lua din nou legătura cu scopul vostru, cu însufleţirea de a trăi şi cu voi înşivă!

PARTEA a III-a

ŞTIINŢA DE A CREA LA VOINŢĂ

Ştiinţa de a Crea la Voinţă: definiţie

Jerry: Abraham, ne-aţi vorbit despre *Creaţia la Voinţă*. Vreţi să discutaţi despre valoarea acesteia cu noi şi să ne clarificaţi la ce vă referiţi când spuneţi *Creaţie Deliberată (*sau *la voinţă*)?

Abraham: Am numit-o *Ştiinţa Creaţiei la Voinţă* pentru că presupunem că doriţi să creaţi în mod intenţionat. Dar, de fapt, ar fi mult mai potrivit s-o numim *Legea Creaţiei*, pentru că acţionează indiferent dacă voi vă gândiţi la ceea ce vreţi sau ceea ce nu vreţi. Dacă vă gândiţi la ceea ce vă doriţi, sau dacă vă gândiţi la lipsa a ceea ce vă doriţi (alegerea direcţiei gândurilor voastre vă aparţine), *Legea Creaţiei* intră în funcţiune în conformitate cu ceea ce voi gândiţi.

Din perspectiva voastră fizică, această ecuaţie a creaţiei are două părţi importante: lansarea gândului şi aşteptarea gândului - *dorinţa* de a crea şi *permisiunea* acordată creaţiei. Din perspectiva noastră imaterială, noi experimentăm ambele părţi ale ecuaţiei simultan, pentru că nu există nici o prăpastie între ceea ce dorim şi ceea ce aşteptăm din plin.

Cei mai mulţi oameni nu sunt conştienţi de puterea gândurilor lor, de natura vibratorie a Fiinţei lor, sau de puternica *Lege a Atracţiei*, aşa că ei se bazează pe acţiunile lor pentru a face ca totul să aibă loc. Şi deşi suntem de acord că acţiunea este o componentă importantă în lumea fizică în care sunteţi focalizaţi, totuşi nu acţiunea este aceea prin care vă creaţi experienţele în planul fizic.

Atunci când veţi înţelege puterea gândului şi vă veţi obişnui să le emiteţi în mod conştient, veţi descoperi puternicul efect combinat (asupra procesului creaţiei) dintre *a dori* şi *a îngădui*. Atunci când pregătiţi sau anticipaţi ceva în mod pozitiv prin gândurile voastre, cantitatea de energie necesară este mult mai mică şi acţiunea este mult mai satisfăcătoare. Dacă nu vă acordaţi timpul necesar pentru a vă alinia gândurile, va fi necesară mult mai multă acţiune, fără a obţine rezultate la fel de satisfăcătoare.

Spitalele voastre sunt pline până la refuz cu cei care acţionează acum pentru a compensa efectul gândurilor lor nepotrivite. Ei nu şi-au creat boala cu bună ştiinţă, dar totuşi au creat-o - prin intermediul gândurilor şi al aşteptărilor - şi apoi au venit la spital pentru a compensa prin acţiunile fizice concrete. Vedem mulţi oameni care îşi duc viaţa încercând să obţină bani în

schimbul acţiunilor lor, pentru că banii sunt esenţiali pentru a trăi liber în această societate. Şi totuşi, în cele mai multe cazuri, acţiunea nu este îndeplinită cu bucurie. Este doar o tentativă de a compensa gândurile nealiniate.

*Voi aţi acţionat cu intenţie; aceasta este o parte a deliciului acestei lumi fizice în care trăiţi. Dar voi nu aţi intenţionat să creaţi prin intermediul acţiunilor fizice - intenţia voastră era să vă folosiţi corpul pentru a vă bucura de ceea ce aţi creat prin intermediul gândurilo*r.

Atunci când v-aţi stabilit clar gândurile în avans, simţind emoţii pozitive, deja aţi demarat procesul creaţiei, şi atunci când vă deplasaţi prin spaţiu şi timp către acea manifestare din viitor, aşteptându-vă să o găsiţi acolo... atunci, *din acea creaţie plină de bucurie pe care aţi lansat-o în viitor, veţi fi inspiraţi să acţionaţi într-un mod care să fie plin de bucurie*.

Atunci când acţionaţi în momentul prezent, şi fără bucurie, vă promitem solemn că sfârşitul nu va fi unul fericit. Nu poate fi, ar contrazice legea.

În loc să fiţi atât de nerăbdători să treceţi la fapte pentru a obţine lucrurile pe care le doriţi, noi am zice să le gândiţi mai întâi; *vedeţi-le, vizualizaţi-le*, apoi *aşteptaţi-le* - şi *ele vor lua fiinţă*. Şi veţi fi ghidaţi, inspiraţi sau conduşi către acţiunea perfectă care va declanşa procesul care vă va duce la ceea ce căutaţi... şi este o mare diferenţă între ceea ce v-am spus şi modul în care acţionează cei mai mulţi.

Am chemat acest lucru gândindu-mă la el

Adesea, pe măsură ce începem să răspândim cunoaşterea pe care o avem prietenilor noştri fizici în ceea ce priveşte Creaţia la Voinţă, întâmpinăm rezistenţă, pentru că există aceia care au în viaţa lor lucruri pe care nu le doresc. Şi atunci când ne aud pe noi spunând: „Toate lucrurile sunt chemate de către voi” ei protestează spunând: „Abraham, nu se poate ca eu să fi chemat aceste lucruri pentru că eu nu le doresc!”

Aşa că vă oferim bucuroşi aceste informaţii pentru a vă ajuta să înţelegeţi cum anume obţineţi ceea ce obţineţi, astfel încât să puteţi hotărî mai bine ceea ce atrageţi, şi astfel să puteţi atrage în mod *conştient* acele lucruri pe care le doriţi - şi să puteţi evita să atrageţi lucrurile pe care nu le doriţi.

Noi ştim că voi nu chemaţi, atrageţi sau creaţi acele lucruri - cu bună ştiinţă. Dar vă vom spune că totuşi voi sunteţi cei care cheamă, atrag şi creează... deoarece faceţi aceasta prin intermediul gândurilor, în mod automat, voi emiteţi gânduri, şi apoi Legile pe care voi nu le înţelegeţi răspund acestor gânduri, producând efecte pe care nu le înţelegeţi. Şi tocmai de aceea am venit noi aici: să vă vorbim despre Legile universale astfel încât să puteţi înţelege cum obţineţi ceea ce obţineţi, şi astfel să puteţi înţelege cum să dobândiţi controlul asupra propriei voastre vieţi.

Cele mai multe fiinţe încarnate sunt atât de complet integrate în lumea

lor fizică încât sunt foarte puţin conştiente de legătura lor cu lumea imaterială. De exemplu, vreţi să aveţi lumină în dormitor, aşa că vă duceţi la veioza de lângă pat, apăsaţi pe un întrerupător micuţ, şi priviţi cum lumina vă inundă camera. Apoi le-aţi explica celorlalţi: „Acest buton produce lumina”. Dar voi înţelegeţi, fără ca noi să vă explicăm, că e mai mult de atât, referitor la sursa luminii. Şi tot la fel este cu toate lucrurile pe care le trăiţi în cadrul vostru fizic. Voi vă explicaţi doar o mică părticică din ceea ce face să se petreacă lucrurile. Noi suntem aici pentru a vă explica restul.

Aţi venit în această dimensiune fizică dintr-o dimensiune subtilă mult mai largă, cu mari intenţii şi scopuri.

Aţi venit aici pentru că v-aţi dorit această experienţă fizică foarte mult. Ea nu este prima pentru voi. Aţi mai avut multe existenţe, atât ca fiinţă încarnată, cât şi în planurile subtile. Şi aţi venit în această viaţă pentru că vreţi cu adevărat să perfecţionaţi acea Fiinţă adevărată şi care evoluează continuu - acea fiinţă pe care poate nu o cunoaşteţi din cauza acestui corp şi a simţurilor sale... acea Fiinţă cu adevărat mai amplă, mai expansivă, care caută bucuria, caută să crească şi să evolueze.

Fiinţa mea Interioară **comunică cu mine**

Vrem să vă ajutăm să vă amintiţi că sunteţi creatorii propriei voastre vieţi şi că există multă bucurie în a face asta la dorinţă. Vrem să vă ajutăm să vă amintiţi de legătura voastră cu partea invizibilă din voi, *Fiinţa voastră Interioară*, care este conştientă de voi şi este alături de voi în tot ceea ce faceţi.

Voi nu vă mai aduceţi aminte detalii referitor la ceea ce aţi trăit înainte de a veni în acest corp fizic, dar *Fiinţa voastră Interioară* este deplin conştientă de tot ceea ce aţi devenit, şi vă oferă informaţii încontinuu pentru a vă ajuta să trăiţi în modul cel mai plin de bucurie posibil, în fiecare clipă.

Atunci când aţi venit în această încarnare, nu aţi adus cu voi amintirea a ceea ce aţi trăit înainte, pentru că aceste detalii nu ar face decât să vă distragă atenţia de la puterea momentului *prezent*. Cu toate acestea, datorită legăturii cu *Fiinţa Interioară*, aveţi acces la cunoaşterea acelei perspective mai largi, sau fiinţa voastră completă. *Acea parte subtilă a voastră care este mai amplă, comunică cu voi, şi a făcut aceasta din prima zi când aţi apărut în acest corp fizic. Această comunicare se face într-o mare varietate de moduri - dar cel mai simplu mod în care Fiinţa comunică cu fiecare dintre voi este prin intermediul emoţiilor*.

Fiecare emoţie se percepe în mod plăcut sau... neplăcut

Fiecare emoţie pe care o simţiţi este, fără excepţie, un mod prin care *Fiinţa Interioară* vă comunică în acel moment cât este de bine şi potrivit

ceea ce gândiţi, vorbiţi sau faceţi. Cu alte cuvinte, atunci gând aveţi un gând care nu este în armonie vibraţională cu intenţia voastră globală, *Fiinţa voastră Interioară* vă oferă emoţii negative. Atunci când *faceţi* sau *spuneţi* ceva ce nu este în armonie vibraţională cu ceea-ce-sunteţi şi ceea ce doriţi, *Fiinţa voastră Interioară* vă va oferi emoţii negative. Şi, într-o manieră asemănătoare, atunci când vorbiţi, gândiţi sau acţionaţi în direcţia a ceea ce este în armonie cu intenţiile voastre, *Fiinţa voastră Interioară* vă va oferi emoţii pozitive.

Există doar două tipuri de emoţii: unele care se percep în mod plăcut şi altele care se percep în mod neplăcut. Voi le numiţi în multe feluri, în funcţie de situaţia care vi le-a adus în faţă. Dar atunci când recunoaşteţi că acest *Sistem de Ghidare* (care iese din voi la suprafaţă sub forma emoţiilor) vorbeşte dintr-o perspectivă mai amplă şi mai cuprinzătoare, veţi putea să înţelegeţi că aveţi beneficiul tuturor intenţiilor pe care le păstraţi acum şi toate intenţiile cu care aţi venit în acest corp fizic - şi că aveţi capacitatea de a descompune toate detaliile *tuturor* dorinţelor şi credinţelor voastre, pentru a putea să faceţi absolut cele mai potrivite alegeri în orice clipă.

Pot să am încredere în ***ghidarea mea interioară***

Mulţi oameni şi-au lăsat la o parte ghidarea intuitivă, înlocuind-o cu părerile părinţilor, profesorilor, experţilor sau conducătorilor într-o mare varietate de domenii. Dar cu cât vă uitaţi mai mult la ceilalţi pentru ca să vă ghideze, cu atât vă veţi îndepărta mai mult de propriul vostru sfat înţelept. Foarte des, atunci când începem să le amintim prietenilor noştri fizici de ceea-ce-sunt-cu-adevărat, ajutându-i să se reconecteze la *Sistemul de Ghidare* care se află în interiorul lor, ei ezită. Adesea ei sunt atât de convinşi de propria lor lipsă de valoare şi de dreptate, încât se tem să meargă mai departe, încrezându-se în propria lor ghidare şi propria lor conştiinţă, deoarece ei cred că există altcineva care ar şti mai bine decât ei ce li se potriveşte.

Dar noi vrem să vă ajutăm să vă amintiţi ce Fiinţă puternică şi valoroasă sunteţi, şi care este motivul venirii voastre în această realitate dominată de timp şi spaţiu. Vrem să vă aduceţi aminte de intenţia voastră de a explora contrastele acestui mediu minunat, ştiind că aceasta va da naştere unui curent continuu de noi intenţii; şi vrem ca voi să vă amintiţi că ceea-ce-sunteţi-cu-adevărat - *Fiinţa voastră Interioară* sau *Fiinţa Completă* sau *Sursa* - este plină de bucurie în această creştere în care vă aflaţi. Vrem să vă reamintiţi că puteţi simţi în fiecare moment, prin puterea emoţiilor voastre, dacă vedeţi situaţia în care vă aflaţi din acea perspectivă mai largă sau dacă vă decuplaţi singuri de la *Sursă* alegând gânduri ce sunt de o natură diferită. Altfel spus, atunci când simţiţi iubire, aceasta înseamnă că modul în care vedeţi obiectul atenţiei voastre corespunde cu felul în care îl vede *Fiinţa Interioară*. Atunci când simţiţi ură, îl vedeţi fără a avea acea conectare la

interior.

Voi ştiaţi intuitiv toate aceste lucruri, mai ales atunci când eraţi mai tineri, dar treptat cei mai mulţi dintre voi aţi fost doborâţi de insistenţele celor mai în vârstă şi care se autointitulau drept „mai înţelepţi” şi care vă înconjurau încercând din greu să vă convingă că nu puteţi avea încredere în propriile voastre impulsuri.

Şi astfel, *cele mai multe dintre voi, Fiinţele încarnate, nu aveţi încredere în voi înşivă, ceea ce este uimitor pentru noi, pentru că de fapt ar trebui să vă încredeţi doar în ceea ce răzbate din interiorul vostru*. Dar în loc de asta, vă petreceţi cea mai mare parte a vieţii voastre fizice căutând un set de reguli sau un grup de persoane (grup religios sau politic, dacă vreţi) care să vă spună ce este corect şi ce este greşit. Şi apoi vă petreceţi restul vieţii încercând să vă potriviţi ca nuca în perete, încercând să faceţi aceste reguli *vechi* - de obicei, scrise cu mii de ani în urmă - să se potrivească cu viaţa voastră cea *nouă*. Şi, drept rezultat, ceea ce vedem în cea mai mare parte, este doar frustrare, sau în cel mai bun caz, confuzie. Şi am observat de asemenea că în fiecare an mulţi dintre voi mor luptându-se să demonstreze care set de reguli este cel mai corect. Vă spunem aceasta: *acest set neschimbat de reguli care să cuprindă totul nu există - pentru că voi sunteţi Fiinţe care se schimbă în permanenţă şi caută să evolueze*.

Dacă v-ar lua foc casa şi ar veni pompierii cu maşina lor - cu acel minunat echipament cu furtunurile acelea groase şi lungi prin care trece apa - şi ar îndrepta jeturile de apă spre flăcări şi le-ar stinge, aţi spune: „într-adevăr, acesta este cel mai potrivit comportament.” Dar dacă, într-o zi, în absenţa incendiului, aceiaşi pompieri ar da navală stropind tot din casă cu apă, aţi spune că în mod sigur „Aşa ceva nu este potrivit!”

La fel este şi cu legile pe care le preluaţi de la alţii: *Cele mai multe din legile şi regulile din trecut nu mai sunt potrivite cu ceea ce trăiţi voi acum. Dacă nu aţi fi avut intenţia să evoluaţi, nu aţi fi aici în această încarnare fizică. Pentru că vă aflaţi aici ca Fiinţă în plină expansiune, într-o continuă schimbare, căutând să evolueze, pentru că doriţi să adăugaţi la ceea ce înţelegeţi. Şi pentru că vreţi să contribuiţi la <u>Tot-ceea-ce Există</u>... Dacă ceea ce s-a spus cu mult timp în urmă ar fi într-adevăr scopul final, atunci nu ar mai exista nici un motiv pentru ca voi să vă aflaţi aici acum*.

Cum primesc ceea ce primesc?

La început, insistenţele noastre cum că voi sunteţi creatorii propriei voastre realităţi sunt întâmpinate cu o acceptare plină de bucurie, deoarece majoritatea oamenilor tânjesc să deţină controlul asupra propriei vieţi. Dar pe măsură ce ajungeţi să înţelegeţi că tot ceea ce vine spre voi este atras de propriul vostru gând (*primiţi ceea ce gândiţi, indiferent că vreţi sau nu aceasta*) unii dintre voi se simt inconfortabil de ceea ce pare a fi sarcina copleşitoare de a vă monitoriza gândurile, a le clasifica, şi de a alege să

emiteţi numai ceea ce va chema lucrurile pe care vi le doriţi.

Noi nu încurajăm monitorizarea gândurilor, deoarece suntem de acord că ar lua o mulţime de timp şi ar fi împovărător, dar în loc de aceasta vă recomandăm să vă folosiţi în mod conştient *Sistemul de Ghidare Emoţională*.

Dacă *veţi fi atenţi la modul în care că simţiţi, atunci monitorizarea gândurilor nu mai este atât de necesară. Oricând vă simţiţi bine, să ştiţi că în acel moment rostiţi, gândiţi sau acţionaţi în concordanţă cu intenţiile voastre - şi să ştiţi că oricând vă simţiţi rău, nu sunteţi aliniaţi cu intenţiile voastre. Pe scurt, ori de câte ori resimţiţi vreo emoţie negativă, în clipa aceea creaţi în mod greşit, prin gând, prin vorbă, sau prin faptă.*

Şi astfel, combinaţia dintre a fi mai conştienţi de ceea ce doriţi şi a fi mai sensibili la modul în care vă simţiţi este, în esenţă, Procesul Creaţiei la Voinţă.

Sunt unicul Creator al propriilor experienţe

Marea întrebare care apare de obicei în acest punct al discuţiei noastre este: „Abraham, cum pot să ştiu dacă pot avea încredere în ceea ce iese la suprafaţă din interiorul meu? Nu există cineva mai mare decât mine care face toate regulile şi care vrea ca eu să fiu sau să fac ceva anume?” Şi noi spunem că voi sunteţi creatorii experienţelor voastre şi aţi apărut în acest corp fizic datorită puterii dorinţei voastre. Nu sunteţi aici ca să vă dovediţi că meritaţi altceva; nu sunteţi aici pentru că vă căutaţi o mântuire mai mare într-un alt plan. Sunteţi aici pentru că aveţi un scop precis pentru care vă aflaţi aici. Vreţi să fiţi cineva care creează cu bună ştiinţă, şi aţi ales această dimensiune fizică, unde există timpul şi spaţiul, pentru ca în sfârşit să dobândiţi această înţelegere şi apoi să vedeţi care sunt beneficiile a ceea ce aţi creat în gând, permiţându-i să se concretizeze în viaţa voastră. Voi contribuiţi la creşterea universului, şi *Tot-Ceea-ce-Este* beneficiază de pe urma existenţei voastre, prin experienţa pe care o împărtăşiţi şi prin expansionarea voastră.

Tot ceea ce faceţi bucură pe cel pe care doriţi să îl bucuraţi. Nu există nici o listă cu lucruri care sunt corecte sau cu lucruri care sunt greşite - există doar ceea ce vă aliniază cu adevărata voastră intenţie şi adevărul vostru, şi lucruri care nu fac aceasta. Puteţi avea încredere în Ghidarea care vine din interiorul vostru pentru a şti când sunteţi aliniaţi cu starea voastră naturală de bine.

Atrag gânduri cu care sunt în armonie din punct de vedere vibraţional

Legea Atracţiei este responsabilă de marea parte a ceea ce este evident în viaţa voastră. Datorită înţelegerii parţiale a acestei Legi aţi creat

numeroase zicale. Voi spuneţi: „Cine se aseamănă se adună”. Spuneţi: „Un necaz nu vine niciodată singur”. Spuneţi: „Ziua aceasta a început rău şi s-a terminat şi mai rău”. Dar nici chiar atunci când spuneţi aceste lucruri, cei mai mulţi dintre voi nu înţeleg cu adevărat cât de puternică este într-adevăr această *Lege a Atracţiei*. Oamenii sunt strânşi laolaltă datorită ei. Fiecare conjunctură şi eveniment sunt un rezultat el ei... Gândurile care sunt similare din punct de vedere al vibraţiei sunt atrase magnetic unul de celălalt datorită puternicei *Legi a Atracţiei*; într-adevăr, chiar gândurile pe care le aveţi sunt atrase unul de celălalt până când ceea ce a fost la început un gând mărunt sau insignifiant şi nu prea puternic poate - fiindcă vă concentraţi asupra lui - să devină foarte puternic.

Datorită Legii Atracţiei, fiecare dintre voi este asemenea unui magnet puternic, atrăgând spre voi mai mult din ceea ce simţiţi într-un anumit moment.

Noi creăm pe măsură ce gândim şi vorbim

Nimeni nu vă creează viaţa. Voi faceţi tot- tot meritul vă aparţine. Pe măsură ce vă observaţi propria viaţă şi pe cea a celor din jurul vostru, am vrea să înţelegeţi că nu există nici cea mai mică dovadă care să susţină contrariul acestor legi puternice pe care vi le împărtăşim. Atunci când începeţi să sesizaţi legătura absolută dintre ceea ce gândiţi si vorbiţi si ceea ce obţineţi, veţi continua să înţelegeţi *Legea Atracţiei* şi va creşte şi dorinţa de a vă folosi *Sistemul de Ghidare* pentru a vă orienta în mod voit gândurile. Şi, desigur, veţi avea de asemenea o mai bună înţelegere a vieţilor celor din jurul vostru. (De fapt, uneori este mai uşor să înţelegeţi cum se aplică aceste lucruri la ceilalţi.)

Aţi observat că cei care vorbesc cel mai mult despre boală sunt din ce în ce mai bolnavi? Aţi observat că cei care vorbesc de sărăcie se zbat şi mai mult în ea, în timp ce cei care vorbesc despre prosperitate au din ce în ce mai multe? Atunci când înţelegeţi că gândurile voastre atrag magnetic şi că atenţia pe care le-o acordaţi le face să crească în intensitate până când în cele din urmă subiectul gândurilor voastre apare în viaţa voastră, dorinţa de a fi atenţi la modul în care simţiţi vă va ajuta să alegeţi cu mai multă premeditare direcţia gândurilor voastre.

Este uşor de înţeles *Legea Atracţiei* în acţiune atunci când discutaţi cu altcineva. De exemplu, imaginaţi-vă că prietena voastră vorbeşte despre ceva ce trăieşte ea şi voi vreţi să fiţi prieteni buni, aşa că vă focalizaţi asupra cuvintelor ei şi ascultaţi exemplele pe care vi le dă despre ceea ce i se petrece. Pe măsură ce vă concentraţi mai mult, vă vin în minte situaţiile asemănătoare pe care le-aţi trăit voi. Şi atunci când participaţi la discuţie adăugând propriile relatări, vibraţia gândului respectiv creşte mai mult. Acordând suficientă atenţie acestor subiecte şi discutând despre ele suficient de mult, veţi atrage spre voi experienţe similare. Şi odată ce ies la

iveală din ce în ce mai multe gânduri legate de ceea ce nu vă doriţi, veţi sfârşi prin a fi absolut înconjuraţi de multe gânduri, cuvinte şi experienţe care sunt în direcţia a ceea ce nu vă doriţi. (Veţi avea şi mai multe subiecte neplăcute de discutat cu prietena voastră.)

Acum dacă aţi fi fost atenţi la modul în care vă simţeaţi când a început conversaţia să alunece înspre ceea ce nu vă doreaţi, aţi fi fost conştienţi de senzaţia de rău din stomac. V-aţi fi recunoscut Ghidarea, care în principal vă spunea *că vă gândiţi la ceva ce nu vă doriţi de fapt*. Şi motivul acestui semnal de avertisment, acel clopoţel de atenţionare, era dezacordul dintre ceea-ce-sunteţi-cu-adevârat şi ceea ce doriţi şi lucrurile asupra cărora vă focalizaţi în acel moment. Emoţiile voastre vă arătau lipsa de aliniere. *Sistemul vostru de Ghidare* vă alertează asupra faptului că atunci când gândiţi sau vorbiţi despre acele lucruri nedorite, sunteţi un magnet care atrage circumstanţe, evenimente şi alte fiinţe spre voi, şi în curând veţi avea în viaţa voastră tocmai esenţa lucrului despre care spuneaţi că nu îl doriţi.

Tot astfel, dacă vorbiţi despre ceea ce vă doriţi, gândurile voastre vor fi şi mai mult atrase de aceasta. Veţi atrage spre voi mai mulţi oameni care vor dori să vorbească despre ceea ce vă doriţi. Şi în tot acest timp în care vorbiţi despre ceea ce vă doriţi, *Fiinţa voastră Interioară* vă oferă emoţii pozitive pentru ca să vă aducă la cunoştinţă că atât voi, cât şi ceea ce atrageţi sunteţi în armonie de vibraţie cu esenţa intenţiilor pe care le aveţi.

Echilibrul delicat dintre ***a vrea*** şi ***a îngădui***

Ştiinţa Creaţiei la Voinţă este o Lege aflată într-un echilibru delicat; are două părţi: pe de o parte, există gândul referitor la ceea ce vă doriţi, pe de altă parte, există speranţa sau credinţa - sau a îngădui să vină în viaţa voastră - ceea ce creaţi prin intermediul gândului.

Şi astfel, dacă spuneţi, „Vreau o maşină nouă roşie”, efectiv aţi iniţiat prin intermediul gândului crearea acelei noi maşini roşii în viaţa voastră. Şi acum, cu cât acordaţi mai multă atenţie acelui gând, şi cu cât puteţi mai mult să vă imaginaţi pur şi simplu acea maşină roşie în viaţa voastră, cu atât veţi fi mai entuziasmaţi. Şi cu cât veţi fi mai entuziasmaţi, sau cu cât mai multă emoţie pozitivă se generează atunci când vă gândiţi la maşina voastră roşie, cu atât mai iute va apărea ea în viaţa voastră. A fost creată, acum există, şi pentru ca acum să o aveţi în viaţa voastră, trebuie doar să îi daţi voie să apară. Şi îi daţi voie aşteptând-o, crezând în ea şi lăsând lucrurile să curgă.

Atunci când vă îndoiţi de capacitatea de a avea noua maşină roşie, vă „înţepeniţi” creaţia. Dacă spuneţi: „vreau o maşină nouă roşie”, începeţi să o creaţi, dar dacă apoi adăugaţi: „*dar* este prea scumpă”, vă izolaţi de creaţia voastră. Cu alte cuvinte, aţi realizat prima parte a creaţiei dorind, dar acum aţi împiedicat acest proces necrezând, neaşteptând şi

neîngăduindu-i să vină - deoarece pentru ca să vă materializaţi creaţiile, ambele părţi ale procesului sunt necesare.

Doar pentru că vorbiţi despre obiectul creaţiei voastre nu înseamnă neapărat că îi permiteţi să apară. Atunci când vă gândiţi la noua voastră maşină roşie şi puteţi simţi încântare, îi daţi voie să apară, dar când vă gândiţi la noua voastră maşină roşie dintr-o poziţie în care vă îngrijoraţi că nu o puteţi achiziţiona (sau în care sunteţi frustraţi că nu a venit încă), de fapt vă focalizaţi asupra *lipsei* maşinii, şi nu îi daţi voie să vină în viaţa voastră.

Uneori în fazele incipiente ale creaţiei a ceva ce vă doriţi, sunteţi pe calea cea bună în a o primi, simţind entuziasm şi aşteptând-o în mod pozitiv, dar apoi mărturisiţi altcuiva această dorinţă, care începe să vă înşire toate motivele pentru care aceasta nu se poate sau nu ar trebui să se îndeplinească. Influenţa negativă a prietenului vostru nu vă va fi de folos, pentru că atunci când eraţi focalizaţi asupra *esenţei dorinţei voastre*, o atrăgeaţi, dar acum că sunteţi focalizat asupra *lipsei dorinţei voastre*, îndepărtaţi de voi ceea ce vă doriţi.

Cum se simte, plăcut sau neplăcut?

Şi astfel, atunci când spuneţi: „Vreau o maşină roşie nouă şi ştiu că vine spre mine” aşa este. Dar atunci când spuneţi „*Dar* unde este? Am dorit-o mult timp. Am crezut, Abraham, dar lucrurile pe care le doresc nu sosesc,” nu mai sunteţi focalizaţi asupra ceea ce vă doriţi. Acum vă focalizaţi asupra *lipsei* a ceea ce vă doriţi, şi prin intermediul *Legii Atracţiei*, obţineţi ceea ce gândiţi.

Dacă vă focalizaţi asupra a ceva ce doriţi, veţi atrage ceea ce vă doriţi. Dacă vă focalizaţi asupra lipsei a ceea ce vă doriţi, veţi atrage şi mai multă lipsă (fiecare subiect este de fapt dublu: ceea ce vă doriţi şi lipsa sau absenţa a ceea ce vă doriţi). Dacă sunteţi atenţi la modul în care vă simţiţi, veţi şti întotdeauna dacă vă concentraţi asupra a ceva dorit sau asupra lipsei sale - pentru că atunci când vă gândiţi la ceea ce vă doriţi, vă simţiţi bine şi când vă gândiţi la absenţa a ceea ce vă doriţi, vă simţiţi rău.

Atunci când spuneţi: „Vreau bani care să îmi permită să duc viaţa pe care o doresc” atrageţi bani, dar atunci când vă concentraţi asupra lucrurilor pe care nu le aveţi, sesizându-le lipsa - vă daţi la o parte abundenţa.

Un exerciţiu care ajută la a *Crea la Voinţă*

Iată un exerciţiu care vă va ajuta să creaţi la voinţă:

Luaţi trei coli separate de hârtie, şi la începutul fiecăreia scrieţi câte un lucru pe care îl doriţi. Acum luaţi prima coală şi sub subiectul pe care l-aţi trecut acolo, scrieţi: „Acestea sunt motivele pentru care îmi doresc acest...”

Scrieţi tot ce vă trece prin minte - tot ce apare în mod firesc; nu încercaţi să forţaţi. Şi atunci când nu vă mai vine nimic, aţi terminat pentru moment.

Acum, întoarceţi pagina şi scrieţi în susul paginii: „Acestea sunt motivele pentru care cred că voi avea acest...”

Prima pagină a colii îmbogăţeşte ceea ce vă doriţi (primul termen al ecuaţiei *Creaţiei la Voinţă*). A doua pagină a foii vă amplifică credinţa că veţi obţine acel lucru (al doilea termen al ecuaţiei *Creaţiei Deliberate*). Şi acum că v-aţi focalizat şi aţi activat în voi ambii termeni ai ecuaţiei, sunteţi în starea de a primi manifestarea dorinţei voastre, pentru că aţi realizat cu succes ambii termeni ai ecuaţiei. Tot ceea ce este necesar acum este ca voi să vă doriţi acel lucru - şi să continuaţi să îl aşteptaţi până când îl aveţi - şi să fie al vostru.

Numărul lucrurilor pe care le puteţi crea simultan nu este limitat, pentru că nu este dificil să menţii o dorinţă şi în acelaşi timp să menţii şi speranţa de a o realiza. Dar la început, când încă învăţaţi să vă focalizaţi gândurile, ar putea fi util să vă concentraţi în mod intenţionat doar asupra a două-trei lucruri dorinţe odată, pentru că cu cât este mai lungă lista cu care lucraţi, cu atât este mai mare posibilitatea de a se strecura îndoiala atunci când vă uitaţi la toate lucrurile pe care nu le-aţi realizat încă. Cu cât jucaţi mai mult acest joc, cu atât mai buni veţi deveni la a vă focaliza gândurile, şi în cele din urmă nu va mai exista nici un motiv pentru care să vă limitaţi lista în vreun fel.

Înainte de a trăi ceva în concret, trebuie mai întâi să vă gândiţi la el. Gândul vostru reprezintă invitaţia, şi fără el, acel lucru nu va veni. Vă încurajăm să decideţi cu *bună ştiinţă* ceea ce vă doriţi, şi apoi să vă gândiţi în mod *expres* la acele lucruri pe care le doriţi, în timp ce alegeţi *în mod conştient* să nu vă gândiţi la cele pe care nu le doriţi. Şi, sugerându-vă aceasta, vă încurajăm să vă alocaţi un anumit timp zilnic în care staţi şi vă adunaţi în mod intenţionat gândurile într-un fel de viziune a ceea ce vreţi să trăiţi, timp pe care l-am numit *Atelierul vostru pentru Creaţia la Voinţă*.

Gândurile care evocă emoţii intense au puterea de a se concretiza mai repede

V-am spus că gândurile voastre au forţă de atracţie magnetică. Dar am vrea să mai adăugăm o lămurire aici: *Deşi orice gând are potenţial creator, gândurile care nu aduc cu ele emoţii intense nu vă vor aduce deloc în viaţa voastră subiectul gândurilor voastre. Atunci când vine vorba de gânduri care vă trezesc emoţii puternice - fie ele pozitive sau negative - esenţa acestor gânduri se manifestă rapid în planul fizic. Şi acea emoţie pe care o simţiţi vă arată că acum aveţi acces la puterea Universului*.

Atunci când mergeţi la un film de groază, şi staţi acolo cu un prieten, uitându-vă la ecran şi la toate detaliile înfricoşătoare care sunt prezentate cu sunet şi culoare, vă aflaţi de fapt într-un *Atelier negativ*. Pentru că atunci

când vizionaţi tot ceea ce nu doriţi să vedeţi, emoţia pe care o resimţiţi este modul în care *Fiinţa voastră Interioară vă atrage atenţia că vedeţi ceva care este atât de viu încât Universul vă dăruieşte acum putere asupra sa*.

Dar din fericire, atunci când părăsiţi cinematograful, spuneţi: „A fost doar un film", aşa că nu aşteptaţi să primiţi acele lucruri. Nu veţi crede că acele lucruri vi se vor petrece vouă, aşadar nu completaţi a doua parte a ecuaţiei. V-aţi gândit la ele cu emoţie, deci le-aţi creat, dar nu le daţi voie în viaţa voastră pentru că nu le aşteptaţi cu adevărat. Totuşi, atunci când ieşiţi din cinematograf, dacă prietenul vostru vă spune: „Poate că nu e decât un film, totuşi *eu* am păţit asta", atunci e posibil să începeţi să meditaţi la *acel* gând, şi făcând aşa, veţi ajunge să *credeţi* sau să vă *aşteptaţi* ca aşa ceva să vi se petreacă şi vouă - şi apoi aşa va fi. *A te gândi, pe de o parte, şi a spera sau crede, pe de altă parte, alcătuiesc balanţa care vă aduce lucrurile pe care le primiţi*.

Dacă vreţi şi aşteptaţi un lucru, va fi al vostru foarte curând. Totuşi, nu foarte des, aţi atins un echilibru în care voinţa şi aşteptările voastre erau egale. Uneori dorinţa voastră este foarte intensă, dar credinţa lipseşte cu desăvârşire. De exemplu, în cazul mamei al cărei copil a fost prins sub un automobil, ea nu credea că poate ridica un vehicul atât de greu de pe copilul ei, dar voinţa ei a fost atât de extremă încât a reuşit. Pe de altă parte, există multe exemple în care credinţa voastră este intensă, dar voinţa nu. Crearea unei boli, de exemplu, cum este cancerul, este unul din cazurile în care credinţa este puternică, în timp ce voinţa nu.

Mulţi dintre voi vă aflaţi de mai multe ori pe zi în ceea ce am numi un *Atelier* negativ. Atunci când staţi la birou cu o grămadă de facturi alături, simţind tensiune sau chiar teamă pentru că nu sunt suficienţi bani pentru a le plăti, vă aflaţi într-un *Atelier* negativ. Pentru că atunci când staţi acolo şi vă gândiţi că nu aveţi suficienţi bani, vă aflaţi în poziţia perfectă pentru a crea mai mult din ceea ce nu vă doriţi. Modul în care vă simţiţi legat de acest lucru este un semnal din partea *Fiinţei voastre Interioare* că ceea ce gândiţi nu este în armonie cu ceea ce vreţi.

Rezumat al procesului *Creaţie Deliberate*

Acum haideţi să facem un rezumat a tot ceea ce v-am oferit aici pentru a avea un plan limpede şi bine pus la punct pentru a vă controla aşa cum doriţi viaţa.

Mai întâi, recunoaşteţi că sunteţi mai mult decât ceea se vede aici în acest corp fizic; şi că există o parte a voastră mai amplă, mai înţeleaptă şi în mod cert, mai bătrână, care îşi aminteşte tot ceea ce aţi trăit, şi cel mai important, ştie ceea ce sunteţi acum. Şi, din această perspectivă atotcuprinzătoare, această parte a voastră vă poate oferi informaţii clare şi absolute despre cât de bine şi potrivit este ceea ce faceţi, spuneţi sau gândiţi, sau sunteţi *pe punctul de a face* sau *rosti*.

Acum dacă v-aţi stabilit clar intenţiile pe care le aveţi în acest moment, *Sistemul vostru de Ghidare* poate funcţiona chiar mai eficient, pentru că are capacitatea de a include toate datele - adunate din toate experienţele voastre (toate dorinţele, toate intenţiile şi toate crezurile voastre) - şi de a le compara cu ceea ce faceţi sau sunteţi pe punctul de a face, cu scopul de a vă oferi ghidarea perfectă.

Apoi, pe măsură ce trece ziua, fiţi atenţi la felul în care vă simţiţi. Şi oricând vă surprindeţi că aveţi emoţii negative, încetaţi imediat ceea ce face să apară aceste emoţii negative, pentru că ele arată că în acest moment voi creaţi negativ.

Emoţiile negative există numai atunci când creaţi în mod greşit. Şi astfel, atunci când recunoaşteţi că simţiţi emoţii negative - nu contează din ce cauză, sau cum s-a ajuns acolo, indiferent care este situaţia - opriţi-vă din ceea ce faceţi şi focalizaţi-vă rândurile asupra a ceva mai plăcut.

Practicaţi zilnic timp de 15-20 de minute *Procesul Creaţiei la Voinţă* stând liniştiţi, nederanjaţi sau întrerupţi de ceea ce este în jurul vostru, visând cu ochii deschişi la viaţa voastră, văzându-vă aşa cum vreţi să fiţi, şi imaginându-vă înconjuraţi de ceea ce vă face plăcere.

Atenţia orientată către *ceea-ce-este deja,* tinde să *creeze* şi mai mult din *ceea-ce-este*

Legea Atracţiei vă răspunde, răspunde *punctului vostru de atracţie* - şi *punctul vostru de atracţie* este generat de gândurile pe care le aveţi. Modul în care simţiţi se datorează gândurilor pe care le aveţi. Aşadar modul în care vă simţiţi referitor la voi înşivă este puternicul şi magneticul vostru *punct de atracţie*. Atunci când vă simţiţi sărac nu puteţi atrage prosperitate. Atunci când vă simţiţi gras, nu puteţi atrage supleţe. Atunci când vă simţiţi singur, nu puteţi atrage companie - ar fi împotriva Legii. Mulţi din cei din jurul vostru vor să vă scoată în evidenţă care este realitatea. Ei spun: „Înfruntă realitatea. Priveşte la *ceea-ce-este*.” Iar noi vă spunem că dacă nu puteţi vedea decât *ceea-ce-este* - atunci, datorită *Legii Atracţiei*, veţi crea doar mai mult din *ceea-ce-este* deja... Trebuie să reuşiţi să treceţi cu gândurile dincolo de *ceea-ce-este* pentru ca să atrageţi ceva diferit sau mai mult.

Atenţia emoţională îndreptată spre *ceea-ce-este* vă va înrădăcina ca pe un copac în acest loc, dar o viziune plină de bucurie a ceea ce v-ar plăcea să începeţi să atrageţi în viaţa voastră vă va aduce acele schimbări.

Multe din cele pe care le trăiţi acum le doriţi mai departe, aşa că continuaţi să le acordaţi atenţie, şi în felul acesta le veţi păstra. Dar trebuie să vă îndepărtaţi atenţia de la cele pe care nu le doriţi.

Aprecierea unui lucru îl atrage spre mine

Gândurile care vă trezesc emoţii sunt cele care aduc cel mai iute

schimbări în viaţa voastră. Gândurile care nu trezesc nici o emoţie în voi menţin ceea ce este deja acolo. Şi astfel, acele lucruri pe care le-aţi creat şi apreciat deja pot fi păstrate în viaţa voastră doar continuând să le apreciaţi.

Dar la lucrurile pe care nu le aveţi încă sau pe care le doriţi foarte iute (şi foarte mult), trebuie să vă gândiţi foarte clar, conştient, cu bună ştiinţă şi cu o trăire emoţională Corespunzătoare.

Un mod extrem de eficient de a utiliza *Atelierul Creativităţii* este a medita la aspectele pe care le apreciaţi la subiectele care sunt de maximă importanţă pentru voi. De fiecare dată când veţi „vizita" din nou acel subiect, atenţia pe care o acordaţi detaliilor va creşte, şi dându-i mai mult timp şi mai multe detalii, emoţia voastră legată de acest subiect va creşte de asemenea. Folosirea în acest mod a *Atelierului Creativităţii* vă oferă tot ceea ce se cere pentru a Crea la Voinţă, pentru că vă gândiţi la ceva ce vă place, şi prin această emoţie a aprecierii, îi daţi voie acelui lucru dorit să se manifeste în viaţa voastră. Mergând tot mai des în Atelierul vostru, veţi începe să observaţi corelaţia evidentă dintre lucrurile pe care le contemplaţi în interiorul Atelierului vostru şi manifestările care apar în viaţa voastră.

Vor acţiona *Legile Universale* dacă eu nu cred în ele?

Jerry: Abraham, spune-mi, aceste Legi de care ne vorbeşti, aceste Legi Universale acţionează chiar dacă noi nu credem?

Abraham: Ele acţionează, într-adevăr. Voi emiteţi vibraţii chiar şi atunci când nu sunteţi conştienţi de asta; de aceea se creează în mod automat. Nu puteţi opri *Mecanismul Creator*, el funcţionează în permanenţă, şi Legile răspund întotdeauna. De aceea este atât de importantă înţelegerea Legilor. Neînţelegerea lor este oarecum asemănătoare cu a intra într-un joc ale cărui reguli nu le cunoşti. Pe măsură ce joci jocul, nu înţelegi *de ce* obţii ceea ce obţii. Şi acest fel de joc devine frustrant şi cei mai mulţi doresc să îl abandoneze.

Cum să fac să nu primesc ceea ce nu doresc?

Jerry: Abraham, cum le-ai spune oamenilor să facă pentru a nu obţine ceea ce nu doresc?

Abraham: Pur şi simplu nu vă gândiţi la ceea ce nu vă doriţi. Nu vă gândiţi la ceea ce nu doriţi - pentru că atenţia voastră îl atrage. Cu cât vă gândiţi mai mult la el, cu atât devine gândul vostru mai puternic, şi cu atât mai multă emoţie este generată. Totuşi, atunci când spuneţi: „Nu mă voi mai gândi deloc la acest subiect", în acel moment încă vă gândiţi la el. Aşadar cheia este să vă gândiţi la altceva - la ceva ce vă doriţi. Cu ceva exerciţiu veţi putea să spuneţi după modul în care vă simţiţi dacă vă gândiţi la ceva dorit sau nedorit.

Această societate civilizată nu prea mai ştie ce este veselia

Jerry: Noi trăim în ceea ce eu numesc o societate foarte civilizată, şi din punct de vedere economic şi material ne descurcăm destul de bine, cu toate acestea, eu nu văd prea multă bucurie la oamenii din jurul meu pe stradă sau la serviciu, şi aşa mai departe... Oare aceasta se petrece datorită acelor factori de care aţi pomenit... că ei au o dorinţă foarte scăzută dar o convingere puternică?

Abraham: Cei mai mulţi oameni emit vibraţii ca urmare a ceea ce observă. Şi astfel, atunci când ei observă ceva care îi face să se simtă bine, ei simt bucurie, dar atunci când observă ceva care îi face să se simtă neplăcut, ei pur şi simplu nu mai simt bucuria. Şi cei mai mulţi oameni nu cred că au vreun pic de control asupra a ceea ce simt deoarece ei nu reuşesc să dobândească controlul asupra condiţiilor în care au aceste emoţii de răspuns. Ei cred că lipsa de control asupra propriilor experienţe este răspunzătoare în cel mai înalt grad de absenţa bucuriei pe care ai sesizat-o. Şi ţie trebuie să îţi reamintim că dacă vei continua să observi lipsa lor de bucurie - ai să o pierzi şi pe a ta.

Vreau să doresc cu mai multă pasiune

Jerry: Aţi spus de asemenea că dacă dorinţa noastră este plină de pasiune, credinţa noastră nu este nevoie să fie atât de puternică. Atunci cum am putea construi o dorinţă fierbinte în cadrul *Atelierului* de care vorbeaţi?

Abraham: Trebuie să existe un început pentru toate. Cu alte cuvinte, mulţi din cei care interacţionează cu noi spun: „Abraham, eu aud tot ce spui tu, dar eu nu ştiu ce vreau.” Păi atunci, spunem noi, începeţi prin a declara: *Vreau să ştiu ce-mi doresc*. Pentru că atunci când faceţi această afirmaţie, deveniţi un magnet care va atrage tot soiul de date pe baza cărora veţi putea lua hotărâri. *Începeţi undeva şi lăsaţi Legea Atracţiei să vă aducă exemple şi posibilităţi; şi apoi cu cât vă veţi gândi mai mult la aceste opţiuni, cu atât veţi deveni mai pasionat*.

Atenţia acordată oricărui subiect îl va face să devină mai puternic, şi ca urmare va creşte şi emoţia. Atunci când vă gândiţi la ceva ce vă doriţi şi continuaţi să adăugaţi detalii tabloului, acele gânduri devin mai puternice. Dar când vă gândiţi la ceva ce vă doriţi şi apoi vă gândiţi că nu a apărut încă... şi pe urmă vă gândiţi ce bine ar fi dacă l-aţi avea, dar vă amintiţi că este prea scump şi că nu vi-l puteţi permite deocamdată... această gândire înainte-înapoi vă diluează pasiunea şi scade puterea gândurilor voastre.

Este posibil să înving credinţele contra-productive?

Jerry: Pot oamenii să creeze într-o anumită direcţie pe care o doresc chiar dacă au fost făcuţi să creadă (de alţii) că ei sunt *destinaţi* să creeze într-o direcţie diferită?

Abraham: Dacă dorinţa lor e destul de puternică, pot. Altfel spus, mama pe care am menţionat-o mai devreme a fost învăţată de societatea în care se afla şi de către propria ei experienţă de viaţă să creadă că nu poate ridica un automobil care cântărea atât de mult; cu toate acestea, atunci când dorinţa ei a fost suficient de intensă (când copilul ei era în pericol), ea a putut să facă acest lucru. Şi astfel, dacă dorinţa e suficient de mare, convingerile pot fi depăşite. Convingerile sunt foarte puternice, şi ele se schimbă lent, dar *pot* fi schimbate. Pe măsură ce continuaţi să căutaţi gânduri tot mai plăcute, le veţi găsi şi le veţi activa, şi *Legea Atracţiei* le va răspunde, şi cu timpul noua voastră viaţă va reflecta aceste schimbări în gândire. Dacă rămâneţi la ideea că nu puteţi crede decât lucruri care se bazează „pe dovezi concrete”, atunci nimic nu se poate schimba pentru voi; dar când înţelegeţi că refocalizarea gândurilor şi răspunsul *Legii Atracţiei* la noile gânduri vor aduce noi dovezi, veţi înţelege puterea *Creaţiei la Voinţă*.

Pot convingerile din alte vieţi să îmi afecteze viaţa actuală?

Jerry: Există gânduri (sau convingeri) din vieţile noastre anterioare care încă mai creează sau sunt capabile să creeze conjuncturi în actuala noastră viaţă?

Abraham: Voi sunteţi Fiinţe aflate într-o continuă creştere, şi *Fiinţa voastră Interioară* este o culme a tot ceea ce aţi trăit vreodată. *Fiinţa voastră Interioară* nu numai că crede, dar ea şi cunoaşte meritele şi valoarea voastră ca Fiinţe, aşa că atunci când alegeţi gânduri care sunt în acord eu cele ale *Fiinţei interioare*, simţiţi claritatea acelei cunoaşteri.

Cu toate acestea, detaliile oricărei vieţi anterioare nu vă afectează în această viaţă. Există multă confuzie în ceea ce priveşte acest subiect, şi ea se datorează în mare parte celor care nu doresc să accepte că ei sunt cei care îşi creează propriile experienţe. Ei spun: „Sunt gras în această viaţă pentru că am murit de foame într-o viaţă anterioară,” Şi noi spunem: *Nu există nimic din alte vieţi care să influenţeze ceea ce faceţi acum, decât dacă aţi reuşit cumva să deveniţi conştienţi de aceasta şi acum îi acordaţi atenţie*.

Aşteptările mele negative pot afecta bunăstarea celorlalţi?

Jerry: Dacă în preocuparea noastră pentru binele celor de care ne pasă, descoperim că gândurile noastre alunecă spre unele aşteptări negative în ceea ce îi priveşte, putem să le facem rău, doar meditând asupra unei

probleme care apare în viaţa *lor*.

Abraham: *Voi nu puteţi să creaţi viaţa altora pentru că nu puteţi emite vibraţii în locul lor - ori acesta este tocmai punctul lor de atracţie*. Dar atunci când vă concentraţi asupra unui lucru suficient de mult timp pentru ca gândul vostru să prindă putere, şi când simţiţi şi o emoţie puternică legat de acesta, puteţi să *influenţaţi* gândurile pe care ei le au referitor la acel subiect.

Amintiţi-vă că cei mai mulţi oameni emit vibraţii ca răspuns la ceea ce ei observă, aşa că dacă ei vă văd pe voi cu acea figură preocupată sau observă comentariile îngrijorate pe care le faceţi, ei pot foarte uşor să se îndrepte în direcţia a ceea ce nu este dorit.

Dacă vreţi să fiţi de cel mai mare ajutor celorlalţi, vedeţi-i aşa cum ştiţi că ar dori ei să fie.

Aceasta este influenţa pe care este de dorit să le-o oferiţi.

Pot să anulez programările pe care mi le-au făcut alţii?

Jerry: Dacă mintea cuiva a fost programată de alţii cu anumite convingeri, şi acea persoană descoperă că acele convingeri nu mai sunt dezirabile în viaţa lui, cum poate acea persoană să anuleze acele convingeri?

Abraham: *Voi sunteţi influenţaţi negativ de două mari forţe care vă împiedică: una este influenţa celorlalţi; cealaltă este influenţa propriilor voastre obiceiuri de-o viaţă*... Voi v-aţi construit şabloane de gândire, aşa că puteţi foarte uşor să cădeţi în acele vechi obişnuinţe în loc să gândiţi într-un mod nou care să fie în armonie cu noua dorinţă. Este doar o chestiune de a folosi deliberat puţină putere, sau, cum spuneţi voi, voinţa de a vă reorienta atenţia într-o direcţie nouă.

„Programarea" la care vă referiţi este doar rezultatul faptului că v-aţi concentrat asupra unui lucru şi că, conform răspunsului *Legii Atracţiei* la acea focalizare, orice lucru asupra căruia vă focalizaţi devine mai puternic. Parte din ceea ce voi numiţi „programare" este doar o integrare sănătoasă în societate, dar o parte din aceasta de fapt vă stinghereşte dezvoltarea personală. Cu timpul şi cu practica, veţi putea face deosebirea între ele şi veţi putea să vă orientaţi gândurile în direcţia pe care o alegeţi. Şi la aceasta se referă de fapt *Creaţia la Voinţă*.

Punctul meu de forţă este în prezent?

Jerry: Abraham, există o propoziţie în cărţile lui Seth care spune: *Punctul vostru de putere este în prezent*. Ce înseamnă asta pentru voi?

Abraham: Fie că vă gândiţi la ceva care se petrece chiar acum sau la

ceva care s-a petrecut în trecut, sau la ceva care v-ar plăcea să apară în viitor - voi realizaţi actul de a gândi chiar acum. Voi emiteţi vibraţia gândului vostru în momentul prezent, şi *Legea Atracţiei* răspunde întotdeauna vibraţiei acestui gând de acum; prin urmare puterea de a crea se află în prezent.

De asemenea este util de înţeles faptul că emoţia apare ca urmare a gândului vostru *curent*, fie că el vizează aspecte din *trecut, prezent* sau *viitor*. Cu cât este mai mare emoţia pe care o simţiţi, cu atât mai puternic este gândul vostru, şi cu atât mai iute atrageţi în viaţa voastră lucrurile care se potrivesc esenţei acelui gând.

Puteţi să vă amintiţi o ceartă avută cu cineva în urmă cu mulţi ani sau cu cineva care a murit de zece ani, dar atunci când vă amintiţi de ceartă în *prezent*, activaţi acea vibraţie *acum*, şi *punctul vostru de atracţie* este afectat de prezent.

Cum a apărut primul lucru negativ?

Jerry: M-am întrebat adesea cum au apărut prima boală sau primul lucru negativ. Este adevărat că aproape orice lucru a apărut mai întâi sub formă de gând? Cu alte cuvinte, la fel ca în cazul electricităţii, mai întâi a fost gândul iar apoi a apărut iluminatul electric, şi deci avansarea fie în boală, fie în lucruri bune şi interesante reprezintă doar un pas, sau un gând, mai departe de ceea ce a fost conceput înainte în minte?

Abraham: *Toate lucrurile - fie că le apreciaţi ca fiind bune sau rele - sunt doar următorul pas logic din punctul în care vă aflaţi în mod curent*.

Ai dreptate atunci când crezi că gândul apare primul. Mai întâi este gândul, apoi formele gând şi apoi materializarea. Situaţia voastră curentă este o platformă de experienţe care vă inspiră următorul gând şi apoi următorul.

Atunci când vă veţi da seama că puteţi alege să aveţi aşteptări pozitive sau negative, dar că în ambele cazuri *Legea Atracţiei* va adăuga forţă gândului până când acesta se va manifesta în cele din urmă, poate veţi dori să fiţi mai conştienţi în ceea ce priveşte direcţionarea gândurilor voastre. De aceea creşte numărul diferitelor lucruri - atât dorite cât şi nedorite. Altfel spus, bolile cresc şi ajung tot mai numeroase pe măsură ce oamenii se focalizează din ce în ce mai mult asupra bolilor.

Imaginaţia nu este acelaşi lucru cu vizualizarea?

Jerry: Abraham, cum aţi descrie termenul *imaginaţie*? Ce înseamnă el pentru voi?

Abraham: Imaginaţia reprezintă amestecul şi compactarea gândurilor în diferite combinaţii. Este similară cu observarea unei situaţii. Totuşi, în

imaginaţie creaţi imaginile în loc să priviţi ceva din realitatea voastră curentă. Unii folosesc cuvântul *vizualizare*, dar vrem să facem această distincţie subtilă: *vizualizarea* este adesea doar amintirea a ceva ce aţi observat cândva. Prin *imaginaţie* noi ne referim la a aduce în mod intenţionat toate componentele laolaltă în minte pentru a crea scenariul dorit. Cu alte cuvinte, focalizarea cu intenţia de a induce emoţii pozitive. Atunci când folosim termenul *imaginaţie*, vorbim într-adevăr despre a *Crea la voinţă* propria voastră realitate.

Jerry: Dar cum poate cineva să vizualizeze sau să îşi imagineze ceva ce nu au văzut încă, cum ar fi un partener pe care şi l-ar dori, sau un copil pe care ar vrea să îl nască sau o carieră la care nu s-au gândit niciodată?

Abraham: Atunci când observaţi ceea ce se află în jurul vostru, adunaţi în mod intenţionat şi meditaţi asupra acelor aspecte ale vieţii care vi se par atrăgătoare. Observaţi zâmbetul frumos pe care vi-l dăruieşte cineva sau casa minunată în care locuieşte, însemnaţi-vă mental sau în scris lucrurile care vă plac în lumea voastră, şi apoi amestecaţi aceste componente în minte, creând scenarii şi versiuni care vă fac plăcere. Nu căutaţi modele de roluri perfecte deoarece sunteţi unici şi sunteţi creatorii propriei voastre realităţi unice.

Cu timpul veţi descoperi sau vă veţi aminti că această artă a imaginaţiei poate să vă aducă rezultate plăcute în modul de a trăi, dar arta imaginaţiei este de asemenea foarte amuzantă şi distractivă. Atunci când începeţi zicând „Vreau să ştiu ce îmi doresc”, veţi începe să atrageţi, conform *Legii*, tot soiul de exemple. Şi pe măsură ce adunaţi datele care vin spre voi, lăsaţi ca intenţia voastră dominantă, de fiecare zi, să fie căutarea lucrurilor pe care le doriţi. Atunci puteţi să vă uitaţi în jurul vostru şi să vedeţi în ceilalţi acele trăsături sau caracteristici pe care v-ar plăcea să le găsiţi la propriul partener sau coleg de muncă. *Cu adevărat, modelul perfect pentru voi, indiferent de subiect, nu există - voi sunteţi cei care îl creaţi*.

Uneori auzim spunându-se: „Eu am vrut să fiu bogat, şi atunci am întâlnit un om care era bogat, dar avea o sănătate precară şi o căsnicie putredă, şi de atunci am asociat prosperitatea cu sănătatea proastă şi cu căsnicia ratată, aşa că acum nu mai doresc prosperitate.” Şi noi spunem: adună datele referitoare la prosperitate dacă vrei, şi lasă la o parte sănătatea proastă şi căsnicia problematică.

Jerry: Deci putem vizualiza laolaltă ca un mozaic toate calităţile dorite ale partenerului sau copilului, sau slujbei, pe care ni le dorim?

Abraham: Da. Şi acesta este adevăratul scop al *Atelierului*. Este locul în care puteţi merge netulburaţi şi începe să alcătuiţi imagini în mintea voastră.

Jerry: Deci nu este obligatoriu să fie ceva care a existat sau există deja; trebuie să fie doar ceea ce simţim acum că vrem să experimentăm?

Abraham: Pe măsură ce lucraţi în *Atelierul vostru*, veţi descoperi că în majoritatea cazurilor lucrurile nu apar brusc. Veţi şti când sunteţi gata pentru că vă veţi simţi entuziasmat... Aţi lucrat vreodată la un proiect la care v-aţi gândit şi iar v-aţi gândit, şi brusc aţi spus: „Am o idee grozavă!” Acea senzaţie de *Am o idee grozavă* este punctul vostru de lansare a creaţiei voastre. Cu alte cuvinte, aţi tot brodat gânduri în mintea voastră până când aţi devenit atât de precişi încât atunci când aţi găsit combinaţia perfectă de gânduri, *Fiinţa voastră Interioară* v-a oferit emoţia care să vă spună: *Da, asta e! Acum ai găsit!* Şi astfel, scopul Atelierului este de a vă gândi la tot felul de lucruri până când apare acea senzaţie că aveţi ideea cea grozavă.

Jerry: Care este cea mai obişnuită cauză pentru care ni s-a materializat încă o intenţie puternică pe care am vizualizat-o?

Abraham: *Dacă v-aţi vizualizat cu puritate intenţia, atunci trebuie să apară, şi încă repede*. Puritatea vizualizării este cheia, şi prin aceasta ne referim la a trimite pur şi simplu gânduri doar în direcţia a ceea ce vă doriţi. Atunci când spuneţi: „Eu vreau, *dar*...” şi adăugaţi acel *dar*, vă anulaţi, sau distrugeţi intenţia chiar de îndată ce s-a născut. Adesea voi emiteţi tot atât de multe, ba chiar mai multe gânduri referitoare la absenţa a ceea ce doriţi decât la prezenţa a ceea ce doriţi. *Dacă ceva ce vă doriţi întârzie să apară, aceasta se poate petrece dintr-un singur motiv: Vă petreceţi mai mult timp focalizându-vă asupra absenţei sale decât asupra prezenţei sale*.

Dacă aţi putea să identificaţi ceea ce vă doriţi şi apoi în mod intenţionat să vă gândiţi clar la aceasta până când obţineţi ce vă doriţi, esenţa tuturor lucrurilor pe care le doriţi va fi a voastră în scurtă vreme. Dacă aţi putea să vă petreceţi timpul creând pura viziune a ceea ce vă doriţi, în loc să acordaţi atenţie realităţii a *ceea-ce-este*, aţi atrage mai mult din ceea ce vă doriţi în loc să atrageţi mai mult din *ceea-ce-este* deja. Este doar o chestiune de schimbare a punctului magnetic de atracţie.

Luaţi-vă privirea şi gândurile de la ceea-ce-este, şi aţintiţi-le numai asupra a ceea ce vă doriţi acum. Cu cât vă gândiţi şi vorbiţi mai mult despre ceea ce vă doriţi, cu atât mai iute va fi al vostru.

Răbdarea nu este o virtute?

Jerry: Abraham, ce părere ai despre a spune cuiva: „Doar ai răbdare”?

Abraham: Atunci când înţelegeţi *Legea Atracţiei*, şi când începeţi să vă orientaţi cu bună ştiinţă gândurile, lucrurile pe care vi le doriţi vor zbura iute şi constant către voi - şi răbdarea nu va fi necesară.

Nu suntem prea încântaţi ca cineva să înveţe răbdarea, pentru că aceasta implică faptul că în mod natural durează mult timp până să se petreacă lucrurile, ceea ce nu este adevărat. Durează mult timp ca ele să

apară numai atunci când gândurile voastre sunt contradictorii. Dacă mergeţi înainte, şi pe urmă daţi înapoi, apoi iar înainte şi din nou

înapoi, e foarte probabil să nu ajungeţi niciodată acolo unde vreţi. Dar când încetaţi să mai daţi înapoi şi mergeţi doar înainte, veţi ajunge acolo repede. Şi aceasta nu cere răbdare.

Vreau să fac un salt cuantic

Jerry: Ei bine, este uşor să faci un pas mic mai încolo şi *să faci* doar puţin mai mult decât ceea ce ai făcut până atunci, să *fii* puţin mai mult din ceea ce erai, şi să *ai* ceva mai mult decât până atunci, dar cum e cu ceea ce numim „un salt cuantic"? Altfel spus, să dobândeşti ceva care aproape că depăşeşte tot ceea ce ai văzut până atunci? Cum ar face cineva ca să creeze ceva de felul acesta?

Abraham: Bun. Acum ai pus punctul pe i. Motivul pentru care vă este mai uşor să faceţi acei paşi mici înainte este că pentru voi este mai uşor să vă daţi seama de convingerile pe care le aveţi şi să le mai ajustaţi puţin. Nu vă schimbaţi complet părerile; doar le mai extindeţi puţin. „Salt cuantic" înseamnă adesea că trebuie să vă abandonaţi o convingere curentă şi să adoptaţi o alta.

Salturile cuantice nu se realizează prin îmbogăţirea părţii care se referă la credinţă/convingeri sau partea referitoare la a da voie din ecuaţie. Salturile cuantice sunt obţinute prin amplificarea părţii care se referă la a vrea.

Nu sunteţi de acord că mama care a ridicat automobilul de deasupra copilului său a trăit un asemenea „salt cuantic"? Dacă ar fi fost la liceu, ar fi fost nevoie de foarte mult timp pentru a se convinge încetul cu încetul că ar putea să ridice ceva atât de greu. Dar dorinţa ei puternică a produs acel „salt cuantic" din acel moment.

Noi nu propunem „salturile cuantice" pentru că ele necesită un contrast exagerat, care poate produce o propulsare dramatică a dorinţei voastre şi un rezultat puţin şocant. Dar acel rezultat este în majoritatea cazurilor temporar, pentru că echilibrul convingerilor voastre vă va aduce în cele din urmă acolo unde eraţi şi înainte. O orientare treptată a convingerilor în direcţia dorinţelor voastre este un mod mult mai satisfăcător de a crea.

Jerry: Şi mai spune-mi o dată: cum putem să ne amplificăm dorinţa? Cum putem să facem ca să vrem cu mai multă tărie?

Abraham: Îndreptaţi-vă gândurile asupra a ceea ce credeţi că doriţi, şi *Legea Atracţiei* va adăuga mai multe informaţii, date şi conjuncturi creaţiei voastre.

Vedeţi voi, este un lucru firesc ca atunci când priviţi la ceva ce vă doriţi, să simţiţi o emoţie puternică, pozitivă. Aşadar este doar o chestiune de a vă menţine gândurile asupra a ceea ce vă doriţi. Dacă se poate, mergeţi în

locurile în care lucrurile pe care le doriţi sunt de aşa manieră încât vă puneţi în mod intenţionat în situaţia de a vă simţi minunat. Şi pe măsură ce vă simţiţi bine, toate lucrurile care sunt bune (după aprecierea voastră) vor începe să vină în viaţa voastră.

Atunci când vă concentraţi asupra unui lucru, *Legea Atracţiei* va face această amplificare de care vorbeai. Aşa că, dacă pare că este nevoie de multă muncă pentru ca dorinţele voastre şi emoţiile pozitive să crească în intensitate, este pentru că vă gândiţi la ce vă doriţi şi apoi la opusul său, şi nu permiteţi o înaintare constantă.

Sunt mai greu de manifestat lucrurile măreţe?

Jerry: Atunci, care spuneţi că este motivul pentru care aproape toată lumea simte că poate manifesta lucruri mărunte, dar are impresia că nu poate crea lucruri mai mari?

Abraham: Aceasta pentru că ei nu înţeleg Legea şi împiedică ceea-ce-ar-putea-să-fie prin ceea-ce-a-fost-până-acum... *Când veţi înţelege Legile, veţi înţelege că nu este mai dificil să creezi un castel decât să creezi un nasture. Ele sunt egale. Nu este mai dificil să creezi 10 milioane de dolari decât o sută de mii de dolari. Este aceeaşi aplicare a aceleiaşi Legi la două intenţii diferite*.

Pot dovedi aceste principii şi altora?

Jerry: Atunci când cineva doreşte să testeze aceste *Legi* sau principii pentru a demonstra altcuiva valabilitatea lor şi spune: „Hai să îţi arăt ce pot face cu asta”, este cumva afectată eficienţa *Legii Atracţiei*?

Abraham: Problema care apare atunci când încerci să dovedeşti ceva este că adesea te face să împingi într-o direcţie nedorită. Şi atunci când faci aceasta, activezi *tocmai vibraţia acelui lucru* în fiinţa ta, ceea ce face şi mai dificilă obţinerea a ceea ce doreşti. De asemenea, poate fi descurajant, pentru că dacă ei au îndoieli serioase, te pot influenţa şi pe tine ca să te îndoieşti.

Nu este nevoie să demonstraţi nimic nimănui prin cuvinte. Lăsaţi ca ceea ce sunteţi şi ceea ce trăiţi să fie un Exemplu viu care să îi mobilizeze pe ceilalţi.

De ce este nevoie ca cineva să demonstreze că merită?

Jerry: Abraham, de ce crezi că atât de mulţi dintre noi, cei încarnaţi, parcă simţim nevoia de a justifica fiecare bun pe care îl primim?

Abraham: Parţial aceasta se datorează faptului că oamenii cred în mod

greşit că resursele sunt limitate, aşa că simt că trebuie să explice celorlalţi de ce ar trebui să primească ei în locul altora. Credinţa în „lipsa de merit” este un alt factor. Există un gând foarte puternic în această dimensiune fizică a voastră care spune: „Voi nu meritaţi, aşa că sunteţi aici ca să *demonstraţi* că sunteţi demni de aceasta”.

Voi nu sunteţi aici ca să vă demonstraţi valoarea. *Voi meritaţi!* Voi sunteţi aici pentru a trăi această expansiune plină de bucurie. Voi aţi apărut în această realitate dominată de timp şi spaţiu prin puterea voinţei voastre şi prin puterea faptului că aţi permis ca aceasta să se petreacă - da, prin aplicarea de către voi înşivă chiar a acestor legi de care vorbim aici. Şi astfel, vedeţi voi, existenţa voastră fizică aici este tocmai dovada meritului vostru, sau a faptului că sunteţi demni ca să fiţi, să faceţi sau să aveţi tot ceea ce vă doriţi.

Dacă v-aţi putea da seama că motivul pentru care gândul referitor la acea aşa-zisă lipsă de merit a voastră este atât de neplăcut, este că acest gând se află în flagrant dezacord cu ceea ce simte *Fiinţa voastră Interioară*, poate că aţi căuta să vă îmbunătăţiţi modul în care vă orientaţi gândurile. Dar dacă nu înţelegeţi aceasta, atunci veţi oscila adesea, încercând să fiţi pe placul altora, dar pentru că nu există consecvenţă în ceea ce ei vă cer, în cele din urmă vă veţi pierde drumul.

Atunci când vă justificaţi, sunteţi într-o fază negativă, pentru că nu vă focalizaţi asupra a ceea ce vă doriţi, în loc de asta, voi încercaţi să îi convingeţi pe alţii că este în regulă ca voi să aveţi dorinţe, şi nu este nevoie să faceţi aceasta. Pur si simplu *este* în regulă.

Cum se potriveşte *Acţiunea* sau *Munca*, cu reţeta lui Abraham?

Jerry: Foarte mulţi din cei pe care i-am văzut că au rezultate extraordinare în viaţă - cărora li se petrec lucruri minunate în plan material, în relaţiile pe care le au, cu sănătatea - nu par a investi prea multă energie fizică pentru a primi aceste lucruri. Ei par să muncească cu mult mai puţin decât alţii care par că muncesc pe brânci dar care primesc mult mai puţin. Deci unde intră partea cu munca *fizică* sau *acţiunea* în reţeta voastră de creare a ceea ce ne dorim?

Abraham: Nu aţi venit în acest mediu pentru a crea prin *acţiune*. În loc de asta, *acţiunea* voastră trebuie să fie un mod prin care vă bucuraţi, de ceea ce aţi creat prin intermediul *gândului*. Atunci când vă acordaţi timpul necesar pentru a emite în mod conştient gânduri, descoperind puterea alinierii gândurilor referitoare la ceea ce vă doriţi cu convingerile şi aşteptările corespunzătoare, *Legea Atracţiei* vă va aduce rezultatele căutărilor voastre. Cu toate acestea, dacă nu vă acordaţi răgazul de a vă pune gândurile în ordine, nu există acţiune în lume care să poată să compenseze această nealiniere.

Acţiunea care este inspirată de gânduri aliniate este o acţiune plină de

bucurie. Acţiunea realizată într-o stare în care gândurile sunt contradictorii este doar o muncă grea, nesatisfăcătoare şi nu aduce rezultate bune. Atunci când vă simţiţi gata să treceţi la fapte, este un semn clar că vibraţia voastră este pură şi că nu emiteţi gânduri opuse propriei voastre dorinţe. Atunci când vă este greu să vă urniţi ca să faceţi ceva, sau când ceea ce faceţi nu dă rezultatele pe care le aşteptaţi, este întotdeauna pentru că gândurile voastre sunt contrare dorinţei voastre.

În acest moment sunteţi fiinţe care acţionează în mod predominant în planul fizic deoarece încă nu înţelegeţi puterea gândurilor voastre. Atunci când veţi reuşi să vă orientaţi mai bine gândurile la voinţă, nu va mai fi nevoie de atât de multă acţiune din partea voastră.

Îmi ***pre-clădesc*** viitoarele circumstanţe

Adesea oamenii ne spun: „Abraham, eu trebuie să acţionez - nu pot să stau pur şi simplu şi să cuget.” Şi noi suntem de acord că vieţile voastre sunt sub nivel şi că este nevoie de acţiune. Dar dacă noi am fi în locul vostru, astăzi am începe prin a emite cât mai multe gânduri conştiente putem în direcţia lucrurilor care contează pentru noi. Şi atunci când ne-am surprinde gândind lucruri pe care nu ni le dorim (gânduri care sunt întotdeauna însoţite de emoţii negative), ne-am opri şi am face efortul de a găsi un mod mai plăcut de a ne gândi la acel subiect. Şi cu timpul, lucrurile ar începe să se îmbunătăţească în toate aspectele.

Să zicem că mergeţi pe stradă şi daţi peste un vlăjgan care bate pe cineva mai mic decât el. Ceva trebuie făcut imediat! Opţiunile voastre, în această fază de desfăşurare a lucrurilor, sunt fie să plecaţi de acolo şi să-l lăsaţi pe mărunţel să fie bătut, fie să vă băgaţi şi poate chiar să riscaţi să o încasaţi şi voi. Nici una din opţiuni nu este satisfăcătoare.

Aşa că, acţionaţi cum vreţi, dar nu vă lăsaţi gândurile acolo unde se află acum. Adunaţi imagini pozitive din vieţile oamenilor care trăiesc mai armonios, aduceţi-le în Atelierul vostru, şi faceţi ca aceste vibraţii să fie cel mai active în voi. Şi cu timpul, *Legea Atracţiei* nu vă va mai pune în situaţii care par a nu avea nici o soluţie pozitivă.

Cel care se simte „salvator”, salvându-i pe cei mici de cei mari, va întâlni foarte des oameni care au nevoie să fie salvaţi... Şi dacă voi doriţi să aveţi acest gen de experienţe, atunci continuaţi să gândiţi că aveţi aceste experienţe - şi *Legea Atracţiei* va continua să vi le aducă. Dar dacă preferaţi altceva, gândiţi-vă la acel lucru - şi *Legea Atracţiei* vi-l va aduce. *Subiectele gândurilor voastre pre-clădesc viitoarele voastre experienţe*.

Cum ne împlineşte Universul diversele noastre dorinţe

Jerry: Obişnuiam să le spun oamenilor că observasem cum cei care munceau cel mai mult în viaţă aveau cele mai puţine, iar cei care munceau

cel mai puţin aveau cele mai multe. Şi totuşi, cineva trebuie să sape cartofii, să mulgă vacile, să foreze ca să scoată petrolul, deci să facă ceea ce numim *muncă grea*. Aşa că te rog explică-mi Abraham, cum s-ar putea ca totuşi fiecare dintre noi să aibă, să facă sau să fie ceea ce îşi doreşte, indiferent de munca ce se cere a fi făcută.

Abraham: Voi trăiţi într-un Univers care este perfect echilibrat, din punctul nostru de vedere. Voi sunteţi ca nişte bucătari într-o bucătărie bine aprovizionată, şi toate ingredientele care au fost vreodată imaginate sunt aici din belşug pentru a vă permite să creaţi orice fel de reţetă vreţi. Atunci când într-adevăr *nu vreţi* să faceţi ceva, vă este greu să vă închipuiţi că ar exista alţii care ar putea *să vrea* să facă acel lucru, sau pe care nu i-ar deranja să îl facă. După cunoştinţele pe care le avem noi, dacă societatea voastră ar hotărî că nu mai doreşte să facă o anumită operaţiune, prin puterea voinţei voastre aţi găsi un alt mod de a îndeplini acea operaţiune, sau de a vă descurca fără ea. Este un lucru obişnuit pentru o societate să atingă acel punct în care un anumit lucru nu mai este dorit, şi astfel el încetează de a mai exista, fiind înlocuit cu o intenţie nouă şi îmbunătăţită.

Cum se deosebeşte viaţa noastră fizică de cea subtilă?

Jerry: Care sunt diferenţele majore dintre viaţa noastră, aici în planul fizic, şi viaţa voastră, în dimensiunea subtilă?

Abraham: Deoarece voi sunteţi o extensie fizică a ceea ce suntem noi, şi noi experimentăm destul de mult din ceea ce experimentaţi voi. Totuşi, noi nu ne permitem să ne focalizăm asupra acelor lucruri care *vouă* vă aduc disconfort. Noi suntem mult mai precis focalizaţi asupra a ceea ce este *dorit*, şi prin urmare noi nu trăim acele emoţii negative pe care le trăiţi voi.

Voi aveţi capacitatea de a simţi la fel ca şi noi, şi de fapt, atunci când de exemplu, simţiţi *apreciere* sau *iubire*, chiar modul în care simţiţi este un indiciu că voi priviţi situaţia în care sunteţi în acel moment aşa cum o vedem şi noi.

Nu există o separare între ceea ce voi cunoaşteţi ca fiind lumea fizică şi ceea ce consideraţi voi că este lumea noastră subtilă; cu toate acestea, în lumea subtilă, gândurile noastre sunt mai pure. Noi nu forţăm în direcţia a ceva care nu este dorit. *Noi acordăm întreaga atenţie dorinţelor noastre aflate într-o continuă evoluţie*.

Lumea voastră fizică, Pământul, este un mediu plăcut pentru a vă finisa cunoaşterea, pentru că aici gândurile Voastre nu se traduc instantaneu în echivalentul lor concret - aveţi o rezervă de timp. Atunci când emiteţi gândurile referitoare la ceea ce vă doriţi, trebuie să deveniţi foarte precişi (suficient de precişi ca să apară emoţia) înainte de a începe procesul de atracţie. Şi chiar şi atunci, trebuie să îi *daţi voie* acelui lucru şi să îl *aşteptaţi* în viaţa voastră înainte ca el să se materializeze. Acea rezervă de timp vă

oferă suficiente ocazii de a vă da seama cu claritate cât simţiţi voi că este de dezirabil acel gând.

Dacă aţi fi într-o dimensiune în care gândurile vi s-ar materializa instantaneu, aţi petrece mai mult timp încercând să scăpaţi de greşeli (cel puţin la cât faceţi acum) decât pentru a crea lucrurile pe care vi le doriţi.

Ce împiedică concretizarea gândurilor nedorite?

Jerry: Ce anume din acea zonă „tampon” (rezervă de timp) selectează ceea ce este nedorit din gândurile noastre înainte de a se materializa fizic?

Abraham: În cele mai multe cazuri, nu este „selectat”. Cei mai mulţi oameni au câte puţin din ceea ce îşi doresc şi din ceea ce nu îşi doresc. *Majoritatea creează automat tot ceea ce se află în vieţile lor deoarece ei nu înţeleg regulile jocului. Ei încă nu înţeleg Legile*.

Dar există unii care ajung să înţeleagă aceste *Legi Universale* şi *Eterne* (aceasta însemnând că ele există chiar dacă voi nu ştiţi de ele şi ele există în toate dimensiunile). Pentru aceştia, atunci, conştiinţa a ceea ce *simt* este cea care face deosebirea în ceea ce priveşte care din gândurile lor se vor manifesta.

Nu ar trebui să vizualizez mijloacele de realizare?

Jerry: Abraham, atunci când vizualizăm, sau ne gândim la ceva ce dorim, trebuie să vedem şi *mijloacele* (sau *modul*) de a obţine acel lucru? Sau ar fi mai înţelept din partea noastră să vizualizăm doar rezultatul final, şi să lăsăm *mijloacele* la voia întâmplării?

Abraham: Dacă aţi stabilit deja că vreţi să luaţi parte într-un *mod anume* la obţinerea acelui lucru, atunci este în regulă să îi acordaţi atenţie.

O cheie simplă pentru a şti dacă nu sunteţi suficient de precis sau sunteţi prea precis este modul în care vă simţiţi. Cu alte cuvinte, atunci când sunteţi în atelierul vostru, precizia gândurilor voastre va genera entuziasm, sau emoţie pozitivă; dar dacă intraţi în prea multe amănunte înainte de a fi dobândit suficiente date, atunci veţi simţi îndoială sau îngrijorare. *Şi astfel, recunoaşterea echilibrului intenţiilor voastre este o chestiune de a fi atent la modul în care simţiţi... fiţi suficient de precişi ca să simţiţi emoţii pozitive, dar nu atât de mult încât să începeţi să simţiţi emoţii negative*.

Atunci când vorbiţi despre ceea *ce* vreţi şi *de ce* vreţi aceasta, de obicei vă simţiţi mai bine. Totuşi, atunci când vorbiţi despre *ce* vă doriţi şi *cum* să îl obţineţi, dacă deocamdată nu vedeţi concret o cale către aceasta, atunci vă veţi simţi mai rău. Dacă vorbiţi despre *cine* va ajuta la realizarea acelui lucru, *când* va veni sau *de unde* va veni, şi nu aveţi încă aceste răspunsuri, atunci aceste amănunte mai mult încurcă decât să ajute. *Într-adevăr este doar o chestiune de a fi cât poţi de precis, păstrând în acelaşi timp*

sentimentul de bine.

Sunt dorinţele mele exprimate prea în detaliu?

Jerry: Să spunem că vreau să fiu profesor într-o situaţie foarte plăcută. Ar fi de vreun folos să spun: „Ei bine, ar trebui să mă hotărăsc dacă vreau să predau istorie, matematică sau filozofie sau dacă vreau să predau la liceu sau altundeva?”

Abraham: Atunci când te gândeşti la motivul pentru care vrei să fii profesor: *Vreau să le transmit şi altora bucuria pe care am descoperit-o într-o anumită cunoaştere*, emoţia voastră pozitivă arată că gândurile voastre ajută creaţia. Dar apoi dacă ar trebui să gândiţi: *Dar nu sunt prea bine pregătit la materia asta* sau *Nu există prea multă libertate pentru studenţi în sistemul şcolar actual* sau *Îmi amintesc cât de „sugrumat” mă simţeam când eram student* sau *Nu am avut niciodată un profesor de care să îmi placă*, aceste gânduri nu sunt plăcute, şi amănuntele lor stingheresc creaţia voastră plină de bucurie.

Problema nu este dacă să vă gândiţi în detaliu sau în linii mari. Întrebarea este: care e direcţia gândurilor voastre? Ceea ce căutaţi sunt gânduri care se percep în mod plăcut. Aşadar căutaţi astfel de gânduri plăcute, şi realizaţi faptul că de obicei le găsiţi mai repede, atunci vă gândiţi în linii mari; dar apoi din acest punct continuaţi să adăugaţi cu blândeţe din ce în ce mai multe detalii care vă fac să vă simţiţi bine, până când ajungeţi să fiţi cu uşurinţă foarte precişi şi să vă şi simţiţi bine în acelaşi timp. Aceasta este cea mai bună metodă de a crea.

Jerry: Nu ar fi mai bine să vizualizăm doar esenţa rezultatului final şi să lăsăm detaliile amănunţite să vină cu totul de la sine?

Abraham: Acesta e un mod foarte bun de a proceda. Derulaţi imaginea înainte până la rezultatele finale fericite pe care le căutaţi. Imaginaţi-vă că deja aţi dobândit ceea ce vă doriţi. Şi din acel loc în care vă simţiţi bine, veţi atrage anumite gânduri, persoane, conjuncturi şi evenimente care vor duce la ceea ce vă doriţi.

Jerry: Atunci cam cât de detaliate aţi recomanda să fie gândurile noastre referitoare la rezultatele finale pe care le dorim?

Abraham: *Cât de detaliate vreţi voi să fie - şi totuşi să vă simţiţi bine*.

Pot „şterge” gânduri trecute care nu sunt în avantajul meu?

Jerry: Există vreun mod prin care cineva poate să şteargă tabla cu toate experienţele trecute, cu gândurile şi convingerile care nu ne sunt de nici un folos pentru creaţia plină de bucurie din acest moment?

Abraham: Nu puteţi să vă uitaţi la o experienţă" nedorită şi să anunţaţi că nu vă veţi mai gândi la ea, pentru că chiar în acel moment *vă gândiţi* la *aceasta*. Dar puteţi să vă gândiţi la altceva. Şi acordând atenţie altui lucru, subiectul nedorit din trecut îşi va pierde puterea şi cu timpul, nu vă veţi mai gândi deloc la el. *În loc să încercaţi din greu să ştergeţi trecutul, focalizaţi-vă asupra prezentului. Gândiţi-vă la ceea ce vă doriţi acum*.

Cum poate cineva să inverseze o spirală descendentă?

Jerry: Dacă te-ai afla într-o spirală descendentă în care toate lucrurile care păreau să conteze pentru tine par să dispară sau să-şi piardă valoarea, cum ai putea opri această mişcare descendentă şi să o întorci într-o direcţie pozitivă, ascendentă?

Abraham: Excelentă întrebare. Acea „spirală descendentă" este de fapt *Legea Atracţiei* în acţiune. Cu alte cuvinte, a început cu un micuţ gând negativ. Apoi mai multe gânduri au fost atrase spre el, mai mulţi oameni, mai multe discuţii, până când a devenit, aşa cum spui tu, o spirală descendentă foarte puternică. Este nevoie de o Fiinţă foarte puternică pentru a vă abate gândul de la ceea ce este nedorit atunci când are o asemenea intensitate. Altfel spus, atunci când degetul vostru zvâcneşte de durere, este dificil să vă gândiţi la un picior sănătos.

În situaţii extrem de negative, v-am sugera distragerea mai degrabă decât schimbarea gândului. Cu alte cuvinte, mergeţi la culcare sau la un film; ascultaţi muzică; alintaţi- vă pisica... faceţi ceva care vă va schimba gândul.

Chiar şi atunci când sunteţi în ceea ce numiţi „o spirală descendentă", unele lucruri din viaţa voastră sunt mai bune decât altele. Atunci când vă focalizaţi asupra a ceea ce este cel mai bun din ceea ce aveţi, chiar dacă este doar o părticică din ceea ce se petrece, *Legea Atracţiei* vă va aduce mai mult din aceasta.

Puteţi înlocui o „spirală descendentă" care se mişcă rapid în jos cu una care se mişcă rapid în sus numai prin orientarea gândurilor către din ce în ce mai multe lucruri pe care le doriţi.

Cum este atunci când doi concurează pentru acelaşi trofeu?

Jerry: Deoarece într-o situaţie de competiţie, când o persoană câştigă premiul cealaltă îl pierde, cum ar putea fiecare să obţină ceea ce vrea?

Abraham: Recunoscând că numărul trofeelor este nelimitat. Atunci când intraţi într-o stare de competiţie în care nu există decât un singur trofeu, automat vă puneţi într-o situaţie în care ştiţi că nu poate câştiga decât o singură persoană. Cea care este cea mai precisă, cea care are cea mai puternică dorinţă şi cea mai mare speranţă de a câştiga, îl va câştiga...

Competiţia vă poate fi de folos pentru că vă stimulează dorinţa, dar poate fi şi un dezavantaj dacă vă împiedică să credeţi că veţi reuşi. Găsiţi o cale de a vă distra în acea competiţie. Căutaţi să vedeţi avantajele care vi le aduce, chiar dacă nu vă întoarceţi cu premiul cel mare acasă. Şi atunci când vă simţiţi bine, indiferent ce se petrece, câştigaţi ceea ce noi credem că este cel mai mare trofeu din toate. Câştigaţi *Conexiune*. Câştigaţi claritate. Câştigaţi vitalitate. Câştigaţi aliniere cu *Fiinţa Voastră Interioară*. Şi cu această atitudine, aduceţi acasă mai multe trofee.

În acest Univers infinit, nu este nevoie de competiţie pentru a obţine resursele, pentru că ele sunt nelimitate. Poate că voi nu vă permiteţi să le primiţi şi prin urmare percepeţi o stare de insuficienţă, dar aceasta e doar în închipuirea voastră.

Dacă pot să-mi imaginez ceva, atunci se poate împlini

Jerry: Este ceva ce ne-am putea dori şi pe care voi să îl consideraţi ca nefiind realist?

Abraham: *Dacă sunteţi în stare să vi-l imaginaţi, nu este „nerealist". Dacă, din această realitate dominată de timp-spaţiu aţi fost în stare să creaţi dorinţa, această realitate are şi resursele de a o împlini. Tot ceea ce se cere este alinierea vibraţiei voastre cu a dorinţei*.

Jerry: Ei bine, dacă eu pot să îmi închipui ceva într-un fel oarecare, aceasta înseamnă că mi-am imaginat acel lucru?

Abraham: Atunci când vă *închipuiţi* şi pe voi în cadrul a ceea ce vă *imaginaţi*, atrageţi circumstanţele în care veţi găsi mijloacele de a crea acel lucru.

Putem folosi aceste principii şi în rău?

Jerry: Poate cineva să folosească acelaşi proces de creaţie pe care l-am învăţat de la voi pentru a crea ceva ce unii ar considera a fi „rău", cum ar fi a lua viaţa altora sau a lua lucruri de la alţii, împotriva voinţei lor?

Abraham: Este posibil ca cineva să creeze ceva ce el doreşte, chiar dacă *voi* nu vreţi ca ei să dorească acel lucru?

Jerry: Da.

Abraham: Într-adevăr. Pentru că orice vrea cineva... atrage.

Este mai multă putere într-o creaţie de grup?

Jerry: Putem să ne amplificăm puterea sau capacitatea noastră de a crea ceva, unindu-ne într-un grup?

Abraham: Avantajul de a fi împreună pentru a crea ceva este că puteţi să vă stimulaţi şi să vă îmbogăţiţi dorinţa. Dezavantajul este că cu cât sunt mai mulţi ca voi, devine tot mai dificil să rămâneţi focalizaţi numai asupra a ceea ce vă doriţi... *Individual, aveţi suficientă putere pentru a crea orice vă puteţi imagina. De aceea, nu este nevoie să vă adunaţi împreună cu alţii. Cu toate acestea, poate fi distractiv!*

Şi dacă ei nu vor ca eu să reuşesc?

Jerry: Este posibil să creăm în mod eficient atunci când suntem în compania unor oameni care se opun cu tărie la ceea ce ne dorim?

Abraham: Focalizându-vă asupra a ceea ce vă doriţi voi, aţi putea să le ignoraţi opoziţia. Totuşi, dacă vă opuneţi opoziţiei lor, atunci nu veţi mai fi focalizat asupra a ceea ce vă doriţi, şi astfel va fi afectată creaţia voastră. Este mai uşor să mergeţi mai departe într-un loc în care nu mai este nevoie să vă concentraţi asupra opoziţiei pentru a rămâne focalizaţi asupra dorinţei voastre. Dar dacă este nevoie să vă îndepărtaţi de cineva din cauza potenţialei opoziţii, atunci trebuie să plecaţi şi din oraş, pentru că în mod sigur există câţiva oameni acolo care nu sunt total de acord cu ideile voastre; şi trebuie să plecaţi şi afară din ţară; şi de pe faţa acestei planete.

Nu este necesar să plecaţi din faţa opoziţiei. Este de ajuns să vă focalizaţi asupra a ceea ce vă doriţi, şi prin puterea clarităţii voastre, veţi putea să creaţi pozitiv în orice condiţii.

Jerry: Adică spuneţi că vom primi esenţa oricărui lucru la care ne gândim - fie că este ceva ce ne dorim, fie că este ceva ce nu ne dorim - atâta timp cât este însoţit de o trăire emoţională puternică?

Abraham: Dacă aveţi un gând şi rămâneţi focalizaţi asupra lui suficient de mult timp, *Legea Atracţiei* va aduce mai multe alte gânduri alături de acesta până când devine suficient de limpede pentru a genera o emoţie.

Fiecare gând pe care îl gândiţi, dacă insistaţi în a-l menţine, va deveni în cele din urmă suficient de puternic pentru a atrage esenţa sa în viaţa voastră.

Cum să îmi folosesc energia impulsului pentru a creşte?

Jerry: Abraham, cum putem intra într-o stare de curgere în care impulsul pe care l-am creat acum se adaugă creşterii noastre - adică, mişcării noastre înainte?

Abraham: Găsind un lucru mărunt care vă face fericiţi atunci când vă gândiţi la el, şi apoi concentrându-vă asupra lui până când *Legea Atracţiei* aduce din ce în ce mai mult. Cu cât vă gândiţi mai mult asupra lui, cu atât

va genera mai multă emoţie pozitivă... şi cu cât apare mai multă emoţie pozitivă, cu atât veţi şti mai mult că vă gândiţi la ceea ce vă doriţi. Şi astfel, depinde doar de voi să hotărâţi - conştient şi cu bună ştiinţă - ce direcţie a curentului doriţi.

Toată lumea, fără excepţie, atrage tot ceea ce are în viaţă, dar atunci când alegeţi în mod deliberat direcţia gândurilor voastre, ghidându-vă cu blândeţe atenţia către gânduri mai plăcute, nu veţi mai crea lucruri nedorite în mod automat. Conştientizarea puternicei *Legi a Atracţiei*, împreună cu hotărârea de a fi atenţi la emoţiile voastre şi dorinţa de a vă simţi bine, va face ca să trăiţi bucuria *Creaţiei la Voinţă*.

PARTEA a IV-a

ARTA DE A DA VOIE

Arta de A da Voie. Definiţie

Jerry: Abraham, acest subiect care urmează, *Arta de a da voie*, pot spune că a avut pentru mine cel mai mare impact asupra acestui nou mod de a înţelege, pentru că eu nu m-aş fi gândit niciodată la el din perspectiva şi cu claritatea voastră. Vreţi să vorbiţi despre aceasta?

Abraham: Suntem foarte dornici să vă ajutăm să vă amintiţi rolul vostru în *Arta de a da voie*, pentru că o înţelegere şi o aplicare conştientă a acestei *Legi* vă aduce la îndemână toate lucrurile. Cu alte cuvinte, *Legea Atracţiei* există, fie că voi înţelegeţi că ea există sau nu. Ea vă răspunde întotdeauna şi vă oferă rezultate precise, care corespund întotdeauna gândurilor voastre. Dar aplicarea deliberată a *Artei de a da voie* cere ca voi să fiţi conştienţi de modul în care simţiţi pentru a alege direcţia gândurilor voastre, înţelegerea acestei *Legi* hotărăşte dacă voi creaţi cu intenţie sau automat.

Am pus *Arta de a da voie* în această ordine, după *Legea Atracţiei*, care este prima, şi *Ştiinţa de a crea la Voinţă*, care este a doua, pentru că *Arta de a da voie* nu poate fi înţeleasă până nu se înţeleg primele două.

Iată la ce ne referim când spunem *Arta de a da voie*: *Eu sunt ceea ce sunt, şi sunt mulţumit şi plin de bucurie să fiu aşa. Şi tu eşti ceea ce eşti, şi chiar dacă poate că este diferit de ceea ce sunt eu, este de asemenea bine...*

Pentru că sunt capabil să mă focalizez asupra a ceea ce îmi doresc, chiar dacă există aceste diferenţe dramatice între noi, nu sufăr din cauza emoţiilor negative deoarece sunt suficient de înţelept ca să nu mă concentrez asupra a ceea ce îmi aduce disconfort. Fiind unul din cei care aplică <u>Arta de a da voie</u>, am ajuns să înţeleg că nu am venit în această lume fizică pentru ca să îi fac pe toţi ceilalţi să urmeze ceea ce eu consider a fi adevărat. Nu am venit aici pentru a încuraja conformismul sau identitatea - pentru că sunt suficient de înţelept ca să înţeleg că în conformism şi identitate nu există acea diversitate care stimulează creativitatea. Atunci când mă focalizez asupra conformismului, mă îndrept spre un capăt, nu spre o continuare a creaţiei.

Şi astfel, *Arta de a da voie* este absolut esenţială pentru continuarea sau supravieţuirea acestei specii, a acestei planete şi a acestui Univers, iar

această continuare este cu putere îngăduită din perspectiva mai amplă a Sursei. Voi, din perspectiva voastră fizică, poate că nu vă permiteţi să vă dilataţi, şi atunci când nu faceţi aceasta, simţiţi că putreziţi.

Atunci când vedeţi o situaţie care vă deranjează şi hotărâţi că nu veţi face nimic pentru a încerca să o opriţi sau să o schimbaţi, *toleraţi* situaţia. Aceasta este foarte diferit de ceea ce numim *a da voie*. A da voie este arta de a găsi un mod de a privi lucrurile care să vă permită totuşi în acelaşi timp conectarea la *Fiinţa voastră Interioară*. Ea se dobândeşte selectând cu atenţie datele din realitatea voastră dominată de timp şi spaţiu şi focalizându-vă asupra lucrurilor care vă fac să vă simţiţi bine. Se referă la a vă folosi *Sistemul de Ghidare Emoţională* pentru a vă ajuta să stabiliţi direcţia gândurilor voastre.

Nu ar trebui să mă protejez de gândurile celorlalţi?

Jerry: Întrebarea care a fost foarte dificilă pentru mine la început este: cum ne protejăm de alţii care gândesc diferit de noi, suficient de diferit ca să ne invadeze oarecum spaţiul, ca să zic aşa?

Abraham: Bine. De aceea am spus că înainte de a putea să înţelegeţi şi să acceptaţi Arta de a da voie, trebuie mai întâi să înţelegeţi *Legea Atracţiei* şi *Arta de a crea la voinţă*. Pentru că, în mod sigur, dacă nu înţelegeţi cum vine ceva către voi, vă este teamă de aceasta. Dacă nu înţelegeţi că ceilalţi nu pot intra în viaţa voastră dacă nu îi invitaţi prin gândurile voastre, atunci sigur că vă veţi îngrijora gândindu-vă la ce fac ceilalţi. Dar atunci când înţelegeţi că nimic nu poate intra în viaţa voastră dacă nu îl chemaţi prin gândurile voastre - cu emoţii şi mari speranţe - atunci, dacă nu veţi realiza acest echilibru delicat, nu veţi primi acel lucru.

Atunci când înţelegeţi aceste puternice Legi universale, nu mai simţiţi nevoia de ziduri, baricade, armate, războaie sau închisori; pentru că înţelegeţi că sunteţi liberi să vă creaţi lumea aşa cum vreţi voi să fie, în timp ce ceilalţi îşi creează propria lor lume aşa cum doresc, şi alegerea lor nu este o ameninţare pentru voi. Nu puteţi să vă bucuraţi de libertate absolută în absenţa acestei cunoaşteri.

În această lume fizică, există acele lucruri cu care sunteţi într-o *armonie* absolută, şi există lucruri cu care sunteţi într-o totală *dizarmonie* - şi există unele care sunt pe la mijloc. Dar voi nu aţi venit aici pentru a distruge sau împiedica lucrurile cu care nu sunteţi de acord, pentru că acesta este un lucru aflat în continuă transformare, în loc de asta, aţi venit aici pentru a identifica, clipă de clipă, segment de segment, zi după zi, şi an după an, ce anume vă doriţi, şi să folosiţi puterea gândului vostru ca să vă concentraţi asupra acelui lucru şi să permiteţi forţei *Legii Atracţiei* să îl atragă spre voi.

Nu suntem vulnerabili la comportamentul celorlalţi

Motivul pentru care cei mai mulţi nu sunt dispuşi să permită ceea ce fac alţii este pentru că, lipsindu-le înţelegerea *Legii Atracţiei*, ei cred în mod greşit că experienţele nedorite pot să se strecoare sau să sară în viaţa lor. Atunci când trăiesc anumite experienţe nedorite sau îi văd pe alţii făcând astfel, ei presupun că deoarece nimeni nu ar alege în mod deliberat asemenea experienţe neplăcute, ameninţarea trebuie să fie reală. Ei se tem că dacă ar permite altora să se comporte în acel mod, aceasta se va răsfrânge şi asupra lor. În lipsa lor de înţelegere a *Legii Atracţiei*, ei se simt vulnerabili şi sunt în defensivă, şi astfel se înalţă ziduri, şi din acest punct de vulnerabilitate se adună armatele, dar fără nici un folos. Pentru că a te împotrivi acestor lucruri nedorite nu face decât să producă şi mai multe.

Nu vă spunem aceste cuvinte pentru ca voi să înlăturaţi toate contrastele din lumea voastră, căci chiar aceste contraste pe care vreţi să le eliminaţi sunt responsabile pentru expansiunea a tot-ceea-ce-este. Vă spunem aceste cuvinte pentru că înţelegem că este posibil ca voi să duceţi o viaţă fericită în mijlocul uriaşei varietăţi care există. Aceste cuvinte vă sunt oferite pentru a vă ajuta să vă găsiţi libertatea personală pe care o veţi trăi numai atunci când înţelegeţi şi aplicaţi *Legile Universului*.

Până când nu sunt înţelese şi aplicate primele două Legi, nu poate fi înţeleasă sau aplicată *Arta de a da Voie*, pentru că nu se poate ca voi să fiţi îngăduitori cu alţii până când nu înţelegeţi că ceea ce fac sau spun ei nu este nevoie să vă afecteze. Aceasta datorită sentimentului vostru - cel care vine chiar din adâncul fiinţei voastre - care este atât de puternic încât, pentru că vreţi să vă păstraţi integritatea sinelui, nu puteţi şi nu le veţi permite altora să ameninţe aceasta.

Aceste Legi pe care vi le prezentăm sunt Eterne, ceea ce înseamnă că ele sunt pentru totdeauna. Aceste Legi sunt Universale, ceea ce înseamnă că ele sunt pretutindeni. Ele sunt Absolute, fie că voi ştiţi că sunt sau nu: ele există, fie că voi acceptaţi că ele există sau nu - şi ele vă influenţează viaţa, fie că ştiţi aceasta sau nu.

Regulile jocului vieţii

Atunci când folosim termenul *Legi*, nu ne referim la acele acorduri pământeşti pe care mulţi dintre voi le numiţi *Legi*. Aveţi legea gravitaţiei, şi aveţi legea timpului şi spaţiului, şi aveţi multe legi, chiar legi care controlează traficul şi comportamentul cetăţenilor. Dar atunci când noi folosim cuvântul *Legi*, vorbim despre acele legi eterne, omniprezente, care sunt *Legile Universale*. Şi ele nu sunt atât de numeroase cum credeţi voi.

Dacă veţi ajunge să înţelegeţi şi să aplicaţi aceste trei legi de bază, veţi înţelege cum funcţionează Universul vostru. Veţi înţelege cum apare în viaţa voastră ceea ce apare. Veţi recunoaşte că voi sunteţi cei care invită, cei care atrag lucrurile, cei care creează; şi atunci veţi avea într-adevăr

controlul la voinţă asupra propriei vieţi. Şi, în toate acestea, atunci şi doar atunci vă veţi simţi liberi - căci libertatea vine din înţelegerea *modului* în care primeşti ceea ce primeşti.

Aici noi vă expunem regulile jocului experienţei voastre fizice, şi facem asta cu entuziasm, pentru că ele sunt la fel cu regulile vieţii de pretutindeni, fie ea din planul fizic sau subtil.

Cea mai puternică Lege din Univers - *Legea Atracţiei* - spune pur şi simplu că cele care se aseamănă se atrag. Poate aţi observat că atunci când vine un necaz, parcă totul începe să meargă anapoda. Dar atunci când vă treziţi dimineaţa simţindu-vă bine, aveţi o zi mai bună. Totuşi, atunci când vă începeţi ziua cu o ceartă, descoperiţi că restul zilei este negativ în multe aspecte - aceasta vine din conştientizarea *Legii Atracţiei*. Şi, într-adevăr, tot ceea ce experimentaţi - de la cel mai evident la cel mai subtil aspect - este influenţat de această *Lege* puternică... Atunci când vă gândiţi la ceva ce vă face plăcere, prin Legea Atracţiei, alte gânduri care sunt asemănătoare cu acesta vor apărea. Atunci când vă gândiţi la ceva care vă displace, prin Legea Atracţiei, alte gânduri care sunt asemănătoare cu acesta vor apărea, până când vă pomeniţi căutând prin trecut după gânduri similare; şi vă veţi surprinde discutându-le cu alţii până când veţi fi înconjuraţi de un gând care creşte din ce în ce mai mare. Şi atunci când gândul se face din ce în ce mai mare, el capătă tot mai multă energie; dobândeşte forţă... forţă de atracţie, înţelegerea acestei Legi vă va pune într-o poziţie din care vă puteţi hotărî să vă focalizaţi gândurile doar în direcţia a ceea ce vreţi să atrageţi în viaţa voastră, în timp ce puteţi decide să vă luaţi atenţia de la acele gânduri pe care nu vreţi să le atrageţi.

Acum, *Legea Creaţiei la Voinţă este descrisă în acest fel: încep să atrag ceea ce gândesc. Atrag mai iute ceea ce gândesc dacă simt o emoţie puternică. Şi odată ce am lansat acel lucru cu putere gândindu-mă plin de emoţie la el, atunci îl voi obţine, pentru că mă aştept să primesc lucrul la care mă gândesc*.

Balanţa Creaţiei Deliberate are două părţi, că spunem aşa. Pe de o parte este gândul, şi pe de altă parte este aşteptarea sau credinţa sau *a da voie*. Şi astfel, când v-aţi gândit suficient de mult la ceva şi acum îl aşteptaţi sau credeţi că va veni, vă aflaţi în poziţia perfectă de a primi subiectul gândurilor voastre. De aceea primiţi întotdeauna lucrul la care vă gândiţi, fie că vreţi sau nu. Gândurile voastre sunt magneţi puternici - unul atrage pe celălalt. *Gândurile se atrag unul pe celălalt, şi voi atrageţi gândurile acordându-le atenţie*.

De obicei este mai uşor să vedeţi aceste Legi în acţiune, atunci când vă uitaţi la ceea ce trăiesc alţii: veţi observa că cei care vorbesc cel mai mult despre prosperitate o au. Cei care vorbesc cel mai mult despre sănătate o au. Cei care vorbesc cel mai mult de boală, o au. Cei care vorbesc cel mai mult despre sărăcie, o au. Este Lege. Nu poate fi altfel.

Modul în care simţiţi este punctul <u>vostru de atracţie</u>, şi astfel, <u>Legea</u>

Atracţiei este cel mai bine înţeleasă atunci când vă vedeţi ca fiind un magnet, atrăgând tot mai mult din ceea ce simţiţi. Atunci când vă simţiţi singuri, atrageţi mai multă singurătate.

Atunci când vă simţiţi săraci, atrageţi mai multă sărăcie. Atunci când vă simţiţi nefericiţi, atrageţi şi mai multă nefericire. Atunci când vă simţiţi sănătoşi şi plini de vitalitate, plini de viaţă şi prosperi - atrageţi şi mai mult din aceste lucruri.

Experienţele de viaţă, nu cuvintele, ne aduc cunoaşterea

Noi suntem învăţători, şi în toată experienţa noastră de predare, am învăţat acest lucru care este cel mai important: *Cuvintele nu vă învaţă. Doar experienţele de viaţă vă aduc cunoaşterea*. Aşadar, vă încurajăm să reflectaţi asupra propriei experienţe de viaţă pentru a vă aminti acele lucruri pe care le-aţi trăit înainte, şi să începeţi de acum înainte, să căutaţi corelaţia absolută care există între cuvintele pe care le citiţi în această carte şi ceea ce trăiţi. Şi astfel, atunci când începeţi să observaţi că primiţi lucrurile la care vă gândiţi, atunci şi doar atunci, veţi dori să fiţi atenţi (de fapt, să aveţi controlul conştient) asupra gândurilor voastre.

Controlul gândurilor voastre va deveni mai uşor atunci când vă hotărâţi să faceţi acest lucru. Voi vă gândiţi la lucrurile pe care nu le doriţi în principal pentru că nu aţi înţeles cât este de dăunător acest lucru pentru voi. Pentru acei dintre voi care nu doresc aceste experienţe negative, şi pentru acei dintre voi care îşi doresc acele experienţe pozitive, *odată ce aţi recunoscut că a vă gândi la ceea ce nu doriţi doar atrage mai mult din acel lucru în viaţa voastră, controlul gândurilor voastre nu va fi un lucru dificil, pentru că dorinţa de a face aceasta va fi foarte puternică*.

În loc să îmi monitorizez gândurile, sunt atent să simt

Monitorizarea gândurilor voastre nu este un lucru uşor de făcut, pentru că atunci când vă monitorizaţi gândurile, nu aveţi timp să le şi gândiţi. Şi astfel, în loc să vă monitorizaţi gândurile, noi vă vom oferi o alternativă eficientă. Sunt foarte puţini cei care înţeleg că în timp ce sunteţi o fiinţă fizică, care se focalizează folosind acest aparat fizic, există simultan o parte a voastră - mai amplă, mai înţeleaptă, şi în mod sigur mai bătrână decât voi – şi că acea parte a voastră (ne referim la *Fiinţa voastră Interioară*) comunică cu voi. Comunicarea poate lua multe forme. Poate veni sub forma unui gând clar şi foarte viu - uneori chiar cuvinte audibile - dar în toate cazurile, vine sub forma unei emoţii.

Înainte de a vă încarna, aţi stabilit un acord cum că va exista o formă de comunicare cu Fiinţa voastră Interioară. Şi s-a stabilit că aceasta va fi un sentiment, ceva ce nu poate fi ratat, în loc să fie o stimulare a gândurilor care ar putea fi greşit interpretată.

Pentru că, atunci când gândiţi este posibil să nu primiţi întotdeauna un alt gând care a fost trimis în acelaşi moment, ca şi atunci când sunteţi atât de pierduţi în gânduri încât nu mai auziţi când vă vorbeşte cineva care este în aceeaşi cameră cu voi. Şi astfel, acest mijloc de a comunica prin ceea ce simţiţi ca emoţii este foarte bun.

Există două tipuri de emoţii: cele plăcute şi cele neplăcute, înţelegerea a fost că cele plăcute vor apărea atunci când ceea ce gândiţi, vorbiţi sau faceţi este în armonie cu ceea ce vreţi; iar cele neplăcute vor apărea atunci când ceea ce gândiţi, vorbiţi sau faceţi nu este în armonie cu intenţiile voastre. Aşadar nu este nevoie să vă monitorizaţi gândurile. Pur şi simplu fiţi atenţi la felul în care simţiţi şi ori de câte ori simţiţi emoţii negative, recunoaşteţi că în acel moment creaţi greşit, în acel moment de emoţie negativă, voi vă gândiţi la ceva ce nu doriţi de fapt, şi prin urmare atrageţi esenţa sa în viaţa voastră. Creaţia este procesul de atragere; atunci când gândiţi ceva, atrageţi subiectul gândului vostru.

A fi tolerant nu înseamnă *a da voie*

Şi astfel această lucrare a fost pregătită pentru ca voi să puteţi înţelege că nu există nimeni altcineva care să vă ameninţe. Pentru că voi vă controlaţi propria experienţă. *Arta de a da voie*, care spune *Eu sunt ceea ce sunt, şi vreau să le dau voie celorlalţi să fie ceea ce ei sunt*, este *Legea* care vă va conduce către totala libertate - libertatea de a nu trăi ceea ce nu doriţi, şi de a nu primi orice răspuns la orice experienţă cu care nu sunteţi de acord.

Atunci când spunem că este bine să fiţi o persoană care dă voie, mulţi dintre voi înţeleg greşit ce vrem să spunem cu aceasta, pentru că voi credeţi că *a îngădui* înseamnă *a tolera*. Voi veţi fi ceea ce sunteţi (şi care este potrivit conform standardelor voastre), şi îi veţi lăsa şi pe ceilalţi să fie ceea ce ei doresc să fie, chiar dacă nu vă place. Voi vă veţi simţi neplăcut vis-a-vis de acest lucru; vă va părea rău pentru ei; s-ar putea chiar să vă temeţi pentru voi, dar, cu toate acestea îi veţi lăsa în pace - într-un mod tolerant.

Atunci când sunteţi *toleranţi*, nu înseamnă că *daţi voie*. Acestea sunt două lucruri diferite. Cel care tolerează resimte o emoţie negativă. Cel care dă voie nu simte emoţia negativă. Şi aceasta este o diferenţă foarte mare, pentru că, vedeţi voi, absenţa acelei emoţii negative înseamnă libertate. Nu puteţi trăi libertatea atâta timp cât încă mai aveţi emoţii negative.

Toleranţa poate părea un avantaj pentru ceilalţi pentru că nu îi împiedicaţi de la ce vor să facă. Dar toleranţa nu este în avantajul vostru, pentru că atunci când sunteţi tolerant încă mai simţiţi emoţia negativă, şi prin urmare, încă mai atrageţi în mod negativ. Odată ce deveniţi o persoană care dă voie, nu veţi mai atrage în viaţa voastră aceste lucruri nedorite, şi veţi experimenta bucuria şi libertatea absolută.

Caut soluţii sau observ problemele?

Mulţi ar spune: „Abraham, vreţi să spuneţi că ar trebui să îmi bag capul în nisip ca struţul? Nu ar trebui să mă uit şi să-i văd pe cei care au necazuri? Nu trebuie să caut un prilej de a-i ajuta?” Şi noi spunem, dacă vreţi să fiţi de ajutor, ochiul vostru nu trebuie să se aţintească asupra *necazului*, ci asupra *ajutorului*, şi acesta e un lucru diferit. *Atunci când căutaţi o soluţie, simţiţi o emoţie pozitivă — dar atunci când priviţi problema, simţiţi o emoţie negativă*.

Puteţi fi de mare ajutor altora atunci când vedeţi ceea ce vor ei să fie, şi atunci când îi înălţaţi către ceea ce ei doresc să obţină, prin cuvintele voastre şi prin atenţia pe care le-o acordaţi. Dar, atunci când vedeţi pe cineva cam părăsit de noroc, când vedeţi pe cineva care se zbate într-o mare sărăcie sau suferinţă, atunci când vorbiţi cu el cu milă şi simpatie despre ceea ce el nu îşi doreşte, veţi simţi emoţia negativă corespunzătoare, pentru că şi voi contribuiţi la starea lui. Atunci când vorbiţi cu ceilalţi despre ceea ce ştiţi că nu îşi doresc, îi ajutaţi să creeze în mod greşit, pentru că amplificaţi vibraţia care atrage ceea ce nu este dorit.

Dacă vedeţi prieteni care sunt bolnavi, încercaţi să vi-i imaginaţi sănătoşi. Observaţi că atunci când vă focalizaţi asupra bolii lor, vă simţiţi rău; dar atunci când vă concentraţi asupra posibilei lor refaceri, vă simţiţi bine. Concentrându-vă asupra bunăstării lor, vă permiteţi să vă conectaţi la *Fiinţa voastră Interioară*, care de asemenea îi vede foarte bine, şi atunci puteţi să îi influenţaţi în sensul îmbunătăţirii situaţiei lor. Atunci când sunteţi conectaţi la *Fiinţa voastră Interioară*, puterea voastră de a influenţa este mult mai mare. Desigur, prietenii voştri pot alege încă să se focalizeze mai mult asupra bolii decât a stării de bine, şi făcând aceasta, pot să rămână bolnavi. Dacă voi lăsaţi ca prietenii să vă influenţeze gândurile care produc emoţii negative în voi, atunci influenţa lor către ceea ce este nedorit este mai puternică decât influenţa voastră către ceea ce este dorit.

Îi înalţ pe alţii prin propriul exemplu de stare de bine

Nu îi veţi înălţa pe ceilalţi prin cuvintele voastre pline de regret. Nu-i veţi înălţa pe ceilalţi recunoscând că ceea ce au nu este ceea ce îşi doresc, îi veţi înălţa fiind voi înşivă ceva diferit, îi veţi înălţa prin puterea şi claritatea propriului vostru exemplu personal. Atunci când sunteţi sănătoşi, puteţi stimula în ceilalţi dorinţa de a fi sănătoşi. Atunci când sunteţi prosperi, puteţi stimula în ceilalţi dorinţa lor de prosperitate. Lăsaţi ca exemplul pe care îl daţi să îi înalţe. Lăsaţi ca ceea ce este în inima voastră să îi înalţe, îi veţi înălţa pe ceilalţi atunci când vă percepeţi gândurile într-un mod plăcut... Îi veţi coborî pe ceilalţi, sau veţi adăuga şi voi la creaţia lor negativă, atunci când gândurile lor vă fac să vă simţiţi rău. În felul acesta veţi şti dacă reuşiţi

să îi înălţaţi pe alţii sau nu.

Veţi şti dacă aţi atins starea de *a da voie* atunci când veţi fi dispuşi să daţi voie altcuiva, chiar dacă el nu vă dă voie; atunci când puteţi fi ceea ce sunteţi, chiar şi când ceilalţi nu sunt de acord cu ceea ce sunteţi; când încă sunteţi în stare să fiţi ceea ce sunteţi, şi să nu vă simţiţi neplăcut din pricina gândurilor pe care ei le au despre voi. Când vă puteţi uita în această lume şi să simţiţi bucurie tot timpul, atunci sunteţi o *persoană care dă voie*. Atunci când puteţi şti care experienţă conţine bucurie şi care nu - şi aveţi şi acea disciplină interioară de a participa numai atunci când este bucurie - aţi dobândit această stare de *a da voie*.

Diferenţa subtilă dintre *a vrea* şi *a avea nevoie*

Aşa cum diferenţa dintre emoţiile pozitive şi cele negative poate fi uneori foarte subtilă - *tot astfel diferenţa dintre a vrea şi a avea nevoie poate fi foarte subtilă*.

Atunci când vă focalizaţi asupra a ceea ce *vreţi, Fiinţa voastră Interioară* răspunde cu emoţii pozitive. Atunci când vă concentraţi asupra a ceea ce *aveţi nevoie, Fiinţa voastră Interioară* răspunde cu emoţii negative, deoarece nu vă focalizaţi asupra a ceea ce vă doriţi. Atunci vă concentraţi asupra *lipsei* a ceea ce vă doriţi - şi *Fiinţa voastră Interioară* ştie că lucrul la care vă gândiţi, acela îl atrageţi. *Fiinţa voastră Interioară* ştie că voi nu vă doriţi lipsa; ea ştie ceea ce vreţi şi vă oferă ghidare ca să vă daţi seama de diferenţă.

Focalizarea asupra unei soluţii vă face să simţiţi emoţii pozitive. Focalizarea asupra unei probleme vă face să simţiţi emoţii negative, şi deşi aceste diferenţe sunt subtile, ele sunt foarte importante, pentru că atunci când simţiţi emoţii pozitive atrageţi în viaţa voastră ceea ce vreţi. Atunci când simţiţi emoţii negative atrageţi ceea ce nu vă doriţi.

Pot *crea la voinţă*, cu bună ştiinţă şi bucurie

Deci am putea să spunem că *cel care dă voie* este cel care a învăţat *Legea creaţiei la Voinţă* şi a ajuns în punctul în care nu mai creează greşit. El creează la voinţă, cu bună ştiinţă şi plin de bucurie. Vedeţi voi, mulţumirea vine dintr-un singur loc. Mulţumirea vine doar din a vrea, apoi a da voie, şi apoi a primi. Şi astfel, atunci când parcurgeţi această viaţă fizică, menţinându-vă gândurile în direcţia a ceea ce este dorit, lăsând puternica *Lege a Atracţiei* să acţioneze pentru voi, aducând în viaţa voastră din ce în ce mai multe evenimente, circumstanţe şi Fiinţe care sunt compatibile cu voi - atunci veţi descoperi că spirala vieţii voastre se înalţă spre bucurie şi libertate.

Vrei să ne întrebi despre *Arta de a da voie*?

Trăiesc *Arta de a da voie*

Jerry: Da, Abraham. Pentru mine, *Arta de a da voie* este cel mai incitant subiect din toate.

Abraham: Ai venit în această viaţă pentru a-i învăţa pe alţii *Arta de a da voie*. Dar înainte de a-i putea învăţa pe alţii, tu trebuie să o cunoşti mai întâi, în mod normal, acest subiect apare mai degrabă sub forma: „Cineva face ceva ce nu-mi convine; cum pot să-l fac să facă ceva ce îmi place, în loc de asta?” Şi ceea ce veţi ajunge să înţelegeţi este: *În loc să încercaţi să faceţi pe toată lumea să facă acelaşi lucru, sau să facă lucrurile care vă plac vouă, ar fi mai bine să vă puneţi în situaţia de a accepta că toată lumea are dreptul de a fi, face sau avea ceea ce le place; şi că voi, prin puterea gândurilor voastre, veţi atrage către voi numai ceea ce este în armonie cu voi*.

Cum pot să deosebesc ce este bine de ce este greşit?

Jerry: Nu ştiam de *Arta de a da voie* înainte de a te întâlni, aşa că modul în care obişnuiam să hotărăsc ceea ce este bine şi ceea ce este greşit pentru mine era următorul: atunci când aveam în vedere o anumită acţiune, încercam să îmi imaginez cum ar fi lumea dacă toţi ar face acea acţiune. Şi apoi, dacă părea că aceea ar fi o lume plăcută sau plină de bucurie, treceam la acţiune. Dacă lumea aceea nu părea a fi una în care să vreau să locuiesc dacă toţi ar fi făcut acel lucru, atunci renunţam la cea acţiune.

Să îţi dau un exemplu. Obişnuiam să merg la pescuit de păstrăvi şi la început pescuiam ca toată lumea. Prindeam orice peşte puteam. Dar cred că am început să mă simt puţin cam inconfortabil în ceea ce priveşte corectitudinea a ceea ce făceam, aşa că m-am gândit: *Cum ar fi dacă toată lumea ar face aşa ca mine?* Şi în imaginaţie mi-am dat seama că dacă toată lumea ar prinde peşte aşa cum făceam eu, am goli toate apele de peşte şi nu ar mai rămâne nimic pentru cei care ar vrea să aibă această plăcere spectaculoasă pe care o aveam eu. Şi cu aceasta, noua mea decizie a fost că nu voi *ucide* nici un peşte, îi voi prinde (cu cârlige fără spin), dar le voi da drumul. Cu alte cuvinte, voi folosi cârlig fără spin şi voi scoate peştele afară din apă numai dacă m-ar ruga cineva să i-1 dau să îl mănânce.

Abraham: Bine. *Cel mai valoros lucru pe care îl poate oferi oricare dintre noi este exemplul personal. Cuvintele noastre pot să mai adauge ceva la acest exemplu, gândurile noastre pot să mai adauge la acest exemplu, şi în mod sigur, acţiunile noastre. Dar pentru oricare dintre noi cheia - în dorinţa noastră de a ridica această lume - este de a lua decizii mai limpezi asupra a ceea ce vrem să fim în orice moment - şi apoi să fim în acel fel*.

Ceea ce făceai tu, în exemplul tău, este în armonie cu ceea ce vă învăţăm acum, prin aceea că odată ce ai decis ce doreai, *Fiinţa ta Interioară*

ţi-a răspuns cu o emoţie care să te ajute să înţelegi cât este de potrivit ceea ce urma să faci. Cu alte cuvinte, odată ce te-ai hotărât că vrei să înalţi această lume, odată ce te-ai hotărât că vrei să adaugi la ea şi nu să iei din ea în mod disproporţionat, atunci orice acţiune pe care ai început-o sau ai anticipat-o, care nu era în armonie cu acea intenţie ai fi resimţit-o în mod neplăcut.

Ţi-ai exagerat dorinţa ca lumea să fie un loc mai bun imaginându-ţi că toată lumea ar face ceea ce te gândeai tu să faci - lucru care a generat un răspuns exagerat din interior. Este un mod bun de a proceda. Nu încercai să îi faci pe toţi să facă acel lucru; tu numai foloseai acea *idee* că ei ar face ca tine, ca să te ajute să îţi clarifici ceea ce era bine sau nu, să faci tu. Şi a fost o strategie bună.

Dar atunci când observ că alţii fac greşeli?

Jerry: Pentru mine a funcţionat, aşa că zilele mele de pescuit erau zile de bucurie absolută, spectaculoasă. Dar tot mă simţeam neplăcut atunci când vedeam alţi oameni irosind peştii şi ucigându-i doar de amuzament... sau din orice alt motiv.

Abraham: Bun. Acum am ajuns la un punct foarte important. Atunci când acţiunile tale erau în armonie cu intenţiile tale, simţeai bucurie. Dar atunci când acţiunile celorlalţi nu erau în armonie cu intenţiile tale, nu mai simţeai bucurie. Şi astfel, se impune ca tu să îşi stabileşti un nou set de intenţii în ceea ce îi priveşte pe ceilalţi. Un foarte bun set de intenţii referitor la ceilalţi este următorul: *Ei sunt ceea ce sunt, creatori ai propriei lor experienţe de viaţă, atrăgând spre ei, în timp ce eu sunt creatorul experienţei mele de viaţă, şi atrag şi eu spre mine. Aceasta este Arta de a da voie...* Şi pe măsură ce vă tot repetaţi aceasta, în curând veţi ajunge să recunoaşteţi că ceilalţi nu vă dau lumea peste cap aşa cum aţi putea voi crede că o fac. Ei îşi creează propria lor lume. Şi poate că lor nu li se pare că este o lume alandala.

Devine dificil atunci când vă consideraţi lumea ca nefiind plină de abundenţă... atunci când începeţi să vă gândiţi cam cât peşte ar exista oare, sau când începeţi să vă puneţi problema oare cât de multă prosperitate sau abundenţă există. Pentru că atunci începeţi să vă îngrijoraţi că altcineva v-ar irosi sau v-ar răpi ceva, nelăsând destul pentru voi sau pentru ceilalţi.

Atunci când ajungeţi să înţelegeţi că acest Univers... cu adevărat, această experienţă fizică la care luaţi parte, este abundentă - şi că nu există capăt acestei abundenţe - atunci nu vă veţi mai face griji, îi veţi lăsa pe *ei* să creeze şi să atragă spre ei, în timp ce voi creaţi şi atrageri pentru *voi*.

Dacă ignor ceea ce *__nu doresc__* se va manifesta ceea ce *__doresc__*?

Jerry: Ei bine, felul în care am rezolvat această dilemă, în esenţă, a fost acela că în 1970, şi pentru următorii nouă ani am blocat cu desăvârşire intrarea pentru ceea ce numeam lumea exterioară. Am deconectat televizoarele şi aparatele de radio, nu am mai citit ziare, şi de asemenea am evitat oamenii care vorbeau despre lucruri pe care nu doream să le aud. Din nou, această decizie a funcţionat pentru mine. Atât de bine încât în timpul acelei perioade de nouă ani am realizat că ceea ce simţeam erau rezultate magnifice pe care le-am obţinut în domeniul relaţiilor pline de miez care au evoluat cu multe persoane, redobândindu-mi şi menţinându-mi o sănătate fizică perfectă, şi dezvoltând resurse financiare semnificative. A fost o perioadă de împliniri, ca niciodată înainte în viaţa mea. Dar această deconectare în acest mod de la informaţiile negative era mai degrabă ca ascunderea capului în nisip, decât ca ceea ce numiţi voi *a da voie*.

Abraham: Este foarte important să acordaţi atenţie lucrurilor care sunt importante pentru voi. Atunci când vă băgaţi capul în nisip, ca să spunem aşa, închizând foarte multe din influenţele exterioare, sunteţi capabili să vă focalizaţi asupra a ceea ce este important pentru voi. Vedeţi voi, atunci când vă gândiţi la ceva, atrageţi putere, claritate şi rezultate. Şi atunci când faceţi aceasta, obţineţi mulţumire - acea mulţumire care vine doar din a vrea, a da voie şi a dobândi.

În ceea ce priveşte a fi unul din cei care ignoră sau îşi bagă capul în nisip, a nu acorda atenţie, mai degrabă decât a fi o persoană *care dă voie*, poate că acestea se potrivesc mai bine decât ai putea să crezi...

A acorda atenţie lucrurilor care contează pentru voi este procesul prin care le veţi permite celorlalţi să fie ceea ce ei vor să fie. A vă orienta atenţia spre voi, în timp ce le permiteţi celorlalţi să fie atenţi doar la ei înşişi, este un proces foarte important în arta de a deveni o __persoană care dă voie__.

Jerry: Cu alte cuvinte, pentru că eu mă aşteptam ca *Legea Atracţiei* şi *Procesul Creaţiei la Voinţă* să funcţioneze pentru mine (deşi nu mai auzisem niciodată de ele), am translatat automat în faza de *a da voie*?

Abraham: Corect. Tu ai acordat atenţie lucrului care era important pentru tine, atrăgând prin urmare mai mult, ceea ce a făcut ca privitul la televizor să nu mai fie interesant şi cititul ziarelor neesenţial. *Nu era faptul că te privai de ceva ce-ţi doreai; în loc de asta, prin intermediul __Legii Atracţiei__, ai fost atras mai mult către ceea ce voiai cel mai mult*. Atunci când observi lucruri la televizor sau în ziare, pentru că nu le doreşti, te fac să simţi emoţii negative - şi astfel te împiedică *să dai voie* lucrurilor pe care le doreşti.

Vrem oare noi toţi *să-i dăm voie* bucuriei?

Jerry: Oare cei mai mulţi dintre noi cei încarnaţi, căutăm să înţelegem această *Artă de a da voie*? Sau voi spuneţi că numai cei care vorbesc cu voi doresc această înţelegere?

Abraham: Voi toţi care sunteţi pe faţa Pământului astăzi, în aceste corpuri fizice, aţi vrut înainte de a vă încarna, să înţelegeţi această *Artă* şi să fiţi o *persoană care dă voie*. Dar cei mai mulţi dintre voi, din perspectiva voastră fizică, sunt departe de a o înţelege sau de a dori să o înţeleagă; voi mai degrabă încercaţi să vă *controlaţi* unul pe celălalt, în loc să vă daţi voie unul altuia.

Şi cum e când ceilalţi au experienţe negative?

Jerry: Deci, în această stare de *a da voie* pe care o căutăm de la un anumit nivel, mai putem încă vedea şi fi conştienţi de ceea ce este negativ în jurul nostru (sau ceea ce se percepe negativ din perspectiva noastră) şi totuşi să rămânem plini de veselie? Sau nu vom mai fi capabili să vedem deloc aceste lucruri? Sau, nu le vom mai vedea ca fiind negative?

Abraham: Toate acestea. Atunci când te focalizai asupra lucrurilor care erau importante pentru tine, nu te uitai la televizor şi nu citeai ziarele - te bucurai de ceea ce făceai. Atunci acordai atenţie lucrurilor care erau importante pentru tine, şi *Legea Atracţiei* le-a adus din ce în ce mai multă putere şi claritate acestora. Şi astfel, ceea ce nu conta pentru tine pur şi simplu nu a fost atras către tine pentru că nu se potrivea cu intenţiile tale de creştere şi realizare.

Atunci când vă este clar ceea ce vreţi, nu trebuie să vă menţineţi pe cale cu forţa, pentru că, prin Legea Atracţiei, aceasta se petrece firesc. Si astfel nu este deloc dificil să fii o persoană care dă voie. Asta vine de la sine pur şi simplu pentru că nu veţi mai fi atât de interesaţi de ceea ce nu are de-a face cu ceea ce sunteţi.

Televiziunea voastră, chiar dacă oferă multe informaţii care sunt de valoare, oferă cu mult mai multe informaţii care au puţin sau nimic de-a face cu ceea ce îşi doreşte oricare dintre voi în viaţă. Mulţi dintre voi staţi şi vă uitaţi la televizor doar pentru că el e acolo, pentru că nu aţi luat nici o altă decizie, şi astfel, privitul la televizor de obicei nu este atât un act *deliberat*, cât mai degrabă este o acţiune făcută *în mod automat*. Şi în starea de non-intenţionalitate, în starea de non-decizie, vă lăsaţi influenţaţi de orice vine asupra voastră. Şi astfel, atunci când sunteţi literalmente bombardaţi cu stimulii gândurilor referitoare la lucrurile nedorite care apar în lumea voastră, şi pentru că nu aţi luat nici o hotărâre cu privire la lucrurile la care *vreţi* să vă gândiţi, vă pomeniţi că acceptaţi în viaţa voastră, prin intermediul gândurilor, multe lucruri pe care altfel nu le-aţi fi ales.

Aceasta înseamnă să creezi automat: să te gândeşti la ceva fără ca tu să

vrei asta în mod intenţionat... să te gândeşti şi prin urmare să atragi acel lucru - fie că îl vrei sau nu.

Voi căuta doar ceea ce doresc

Jerry: Abraham, cum m-ai sfătui să îmi activez şi să menţin această stare de *A da voie* pe care o doresc, în ciuda faptului că sunt conştient că există mulţi în jurul meu care, din perspectiva lor, experimentează suferinţa, sau ceea ce eu numesc *lucruri negative*?

Abraham: *Ţi-am sugera să iei hotărârea ca indiferent ce vei face astăzi, indiferent cu cine vei interacţiona, indiferent unde te afli, intenţia ta dominantă să fie aceea de a căuta lucrurile pe care vrei să le vezi. Şi odată ce aceasta este intenţia ta dominantă, prin intermediul Legii Atracţiei, vei atrage numai acele lucruri pe care vrei să le atragi, şi vei vedea doar acele lucruri pe care vrei să le vezi*.

O *sită selectivă* sau un magnet selectiv

Atunci când intenţia voastră dominantă este de a atrage numai ceea ce doriţi, veţi deveni o sită mult mai selectivă. Veţi deveni un magnet mult mai selectiv. Veţi deveni un observator mai selectiv. La început, încă veţi observa că mai atrageţi unele din lucrurile care nu vă plac pentru că va mai fi rămas ceva energie de la gândurile şi convingerile pe care le-aţi avut înainte. Dar, cu timpul, odată ce Starea de Bine a devenit intenţia voastră de la începutul fiecărei zile, timp de 30-60 de zile, veţi începe să observaţi că există doar foarte puţin din ceea ce este în viaţa voastră care să nu vă fie pe plac - pentru că energia voastră şi gândurile vă vor fi dus dincolo de ceea ce apare acum.

Este dificil să fii o persoană care dă voie atunci când vezi pe cineva apropiat făcând ceva care simţiţi că vă ameninţă, sau făcând ceva care ameninţă pe altcineva. Şi atunci veţi spune: „Abraham, eu nu înţeleg ce vrei să spui când zici că pot să îndepărtez aceasta prin gând, că prin gândurile mele pot să mă descurc, şi că nu este nevoie de nici un fel de acţiune.” Şi noi spunem: prin gândurile voastre chemaţi manifestarea, dar ceea ce voi trăiţi astăzi este rezultatul gândurilor pe care le-aţi avut înainte de asta, tot aşa cum gândurile pe care le aveţi astăzi le proiectaţi în viitor. Gândurile voastre de astăzi vă pre-clădesc viitorul, şi va exista un punct în timp în care vă veţi mişca către acel loc viitor, şi atunci veţi trăi rezultatele gândurilor pe care le gândiţi acum, tot aşa cum astăzi trăiţi rezultatele gândurilor pe care le-aţi avut mai înainte.

Trecutul, prezentul şi viitorul nostru, ca unul singur

Voi gândiţi în permanenţă, şi nu puteţi să deconectaţi trecutul, prezentul sau viitorul, pentru că ele sunt toate una; ele sunt legate împreună prin continuum-ul de gânduri. Şi astfel, să spunem că mergeţi pe stradă şi daţi peste o luptă - un găligan îl bate pe un mărunţel. Şi atunci când vă apropiaţi sunteţi plini de emoţii negative. Atunci când gândiţi: *O să mă uit în altă parte; o să trec mai departe şi o să mă prefac că nu s-a întâmplat nimic*, vă simţiţi groaznic de neplăcut pentru că nu vreţi ca mărunţelul să fie rănit. Şi astfel, atunci vă gândiţi, *Ei bine, mă bag şi eu şi ajut*. Dar acum veţi simţi din nou o emoţie negativă, pentru că nu vreţi să vă alegeţi cu faţa învineţită sau să vă pierdeţi viaţa. Şi astfel spuneţi, „Abraham, acum ce mă fac?” Şi noi spunem, de acord, în acest exemplu, nu există o opţiune care să pară a fi perfectă - pentru că în acest moment aveţi mult de lucru datorită lipsei de pregătire din trecut.

Dacă, în trecut, atunci când începeaţi ziua, aţi fi stabilit ca intenţie clară siguranţa, armonia şi interacţiunea cu cei care sunt în armonie cu intenţiile voastre, vă promitem la modul cel mai serios că acum nu v-aţi fi aflat în această situaţie neplăcută. Aşa că, vă spunem, acum rezolvaţi această situaţie cum doriţi, dar dacă astăzi veţi începe să emiteţi gânduri referitoare la ceea ce vă doriţi în viitor, nu veţi mai intra într-o asemenea încăierare neplăcută în care indiferent de ce cale alegeţi, nu vă este prea plăcut.

Trebuie să îngădui nedreptăţile la care sunt martor?

Până când veţi înţelege modul în care primiţi ceea ce primiţi, vă va fi foarte dificil să acceptaţi ideea de a îngădui, pentru că sunt atât de multe lucruri în lumea asta care nu vă plac, şi spuneţi: „Cum pot să îngădui această nedreptate?” Şi noi spunem, o îngăduiţi recunoscând că nu este parte din ceea ce trăiţi voi. Şi că, în majoritatea cazurilor, cu adevărat nu este treaba voastră. Nu este opera voastră. Este creaţia, atracţia şi este experienţa celorlalţi.

În loc să încercaţi să controlaţi experienţele celorlalţi (lucru pe care oricum nu-l puteţi face, oricât v-aţi strădui de mult), încercaţi să vă controlaţi propria participare la aceste experienţe. Şi stabilindu-vă o imagine clară asupra vieţii pe care vreţi să o duceţi, vă veţi pregăti o cale lină şi plăcută.

Atenţia mea orientată asupra a ceea ce nu vreau, creează şi mai mult din ceea ce nu vreau

Voi atrageţi prin intermediul gândurilor. Primiţi lucrurile la care vă gândiţi, fie că vreţi sau nu. Şi astfel, atunci când acordaţi atenţie şoferilor care nu sunt curtenitori, veţi atrage mai mulţi dintre aceştia în calea voastră. Atunci când acordaţi atenţie celor care nu vă servesc bine în

afaceri, veţi începe să atrageţi şi mai multe astfel de experienţe către voi. *Lucrul căruia îi acordaţi atenţie - în special atenţie emoţională - este cel pe care îl veţi atrage în viaţa voastră*.

Arta *de a da voie* îmi afectează sănătatea?

Jerry: Abraham, aş dori să abordez o serie de experienţe pe care eu le numesc de zi cu zi, experienţe din viaţa reală, şi aş dori, dacă vreţi, să îmi spuneţi mai mult despre cum vedeţi voi această *Artă de a da voie* aplicându-se în aceste condiţii particulare. Mai întâi, în ceea ce priveşte sănătatea fizică, îmi amintesc că am avut mulţi ani de suferinţă fizică extremă în copilărie. Şi apoi am ajuns într-un punct în care am vrut să ies din aceasta, aşa că de atunci m-am bucurat de o sănătate înfloritoare. Cum se potriveşte *Arta de a da voie* în aceste două situaţii limită, de la boală extremă la sănătate perfectă?

Abraham: Atunci când ai luat o hotărâre referitor la ceea ce îţi doreşti, ai obţinut unul din termenii ecuaţiei *Creaţiei la Voinţă*. Te-ai gândit la acel lucru resimţind emoţie, lucru care înseamnă *a vrea*. Celălalt termen al ecuaţiei *Creaţiei la Voinţă* este *A da voie*, sau a aştepta, a lăsa să vină... Şi astfel, atunci când spuneţi *Vreau, şi dau voie, prin urmare există*, veţi crea foarte rapid, indiferent ce vă doriţi. Pur şi simplu vă permiteţi să aveţi acel lucru nerezistându-i, nedându-l la o parte prin alte gânduri.

Ne-aţi auzit spunând că atunci când vă aflaţi în starea de a da voie, nu simţiţi emoţii negative. *Starea de a da voie* înseamnă eliberarea de negativitate; prin urmare, atunci când v-aţi expus intenţia deliberată de a avea ceva şi simţiţi doar emoţii pozitive legat de asta, atunci sunteţi în starea în care *îi daţi voie* să fie. Şi vedeţi voi, atunci veţi obţine acel lucru.

Pentru a avea sănătate în loc de boală, trebuie să vă gândiţi la sănătate. Atunci când corpul vostru este bolnav este mai uşor de observat boala, aşa că este nevoie de dorinţă, focalizare şi voinţă de a privi dincolo de ceea ce se petrece în clipa de faţă. Imaginându-vă un corp sănătos în viitor, sau amintindu-vă de timpul când eraţi mai sănătoşi, gândul vostru, în acel moment, se va potrivi cu dorinţa voastră şi atunci veţi da voie să apară o îmbunătăţire a condiţiei voastre. Cheia este să căutaţi gândurile plăcute.

A da voie, de la extrema sărăcie la prosperitatea financiară

Jerry: Următorul subiect pe care mi-ar plăcea să îl discutăm este cel al bogăţiei şi prosperităţii. În copilărie am trăit cea mai de jos sărăcie, cum ar fi locuitul în coteţe, corturi şi peşteri, şi aşa mai departe. Şi apoi, în 1965 am găsit cartea *Gândeşte şi devino bogat*!, care mi-a dat o perspectivă diferită asupra modului în care să privesc lucrurile, şi din acea zi înainte, viaţa mea financiară s-a transformat. De la a locui în rulota mea Volkswagen, am

trecut la crearea unor venituri anuale de şase şi apoi şapte cifre.

Abraham: Ce crezi că a avut loc atunci când ţi-ai schimbat perspectiva odată cu citirea acelei cărţi?

Jerry: Păi, ce îmi amintesc cel mai bine este că am început, pentru prima dată în viaţa mea de adult, să mă focalizez numai asupra a ceea ce îmi doream, mă rog, mai mult sau mai puţin exclusiv. Dar aş dori să aud părerea voastră în ceea ce priveşte acest fenomen.

Abraham: Ai dobândit înţelegerea faptului că *ai putea* avea ceea ce îţi doreşti. Dorinţa era deja acolo datorită vieţii pe care ai dus-o, dar citind cartea ai ajuns să crezi că era posibil. Cartea te-a făcut să începi să îi *dai voie* dorinţei tale să se realizeze.

A da voie, relaţiile şi arta de a fi egoist

Jerry: Un alt domeniu, foarte vast despre care aş dori să vorbim este cel al relaţiilor. Erau perioade în care mi se părea dificil să le dau voie prietenilor mei să aibă propriile lor gânduri şi convingeri, şi propriile lor activităţi „nepotrivite".

Abraham: La ce te referi când foloseşti expresia a da voie în acest context?

Jerry: Păi simţeam de parcă ei ar fi trebuit *să gândească* şi *să acţioneze* aşa cum voiam eu. Şi atunci când ei nu făceau asta, adesea mă făceau să mă simt extrem de neplăcut şi de supărat.

Abraham: Şi astfel, când observai ce făceau sau ce spuneau, simţeai emoţii negative - semn clar că nu te aflai în starea de *a da voie*.

Este arta de a fi egoist imorală?

Jerry: Şi eu, în acele momente, mă gândeam că sunt foarte altruist şi lipsit de egoism. Cu alte cuvinte, eu nu m-aş fi considerat o persoană egoistă, aşa că mă aşteptam ca şi ei să fie mai puţin egoişti şi mai darnici. Şi faptul că ei nu erau, mă deranja foarte tare. Atunci am găsit cartea lui David Seabury, *Arta de a fi egoist*, şi ea m-a făcut să privesc egoismul dintr-o altă perspectivă, aşa că am fost capabil să înţeleg mult din negativismul meu datorită acestei noi perspective.

Abraham: Este important să îţi dai voie să fii atent la ceea ce îţi doreşti. Şi există oameni care numesc asta egoism, şi fac aceasta judecând într-o manieră dezaprobatoare. Iar noi vă spunem că dacă nu aveţi o privire sănătoasă asupra voastră, dacă nu vă permiteţi să doriţi, şi să aşteptaţi să primiţi ceea ce vă doriţi, nu veţi crea niciodată cu bună ştiinţă, şi nu veţi

avea niciodată o experienţă foarte satisfăcătoare.

A nu da voie celorlalţi vine adesea din faptul că nu vă daţi voie vouă înşivă. De obicei cel care dezaprobă o calitate la el însuşi o vede şi în ceilalţi, şi o dezaprobă şi la ei. Şi astfel, acceptarea, aprobarea, aprecierea şi îngăduinţa faţă de sine însuşi reprezintă primii paşi către aprecierea, aprobarea sau îngăduinţa faţă de ceilalţi.

Şi aceasta nu înseamnă că trebuie să aşteptaţi până deveniţi perfecţi conform standardelor voastre, sau până când ei devin perfecţi conform standardelor voastre, pentru că nu va exista niciodată acel punct terminus perfect - deoarece voi sunteţi fiinţe care se schimbă şi evoluează în permanenţă; ci înseamnă a privi cu intenţia de a vedea în voi ceea ce vreţi să vedeţi, sau cu intenţia de a vedea în ceilalţi ceea ce vreţi să vedeţi.

Adesea suntem acuzaţi că vă învăţăm să fiţi egoişti, şi suntem de acord că asta facem. Tot ceea ce percepeţi este din perspectiva proprie; şi dacă nu sunteţi suficient de egoişti pentru a insista să vă conectaţi sau să vă aliniaţi cu acea *Fiinţă Interioară* care este mai amplă şi mai înţeleaptă, nu veţi avea nimic de oferit celorlalţi. Fiind suficient de egoişti ca să vă pese cum vă simţiţi, puteţi folosi *sistemul de ghidare* pentru a vă alinia la puternica energie a *Sursei*, şi apoi oricine este suficient de norocos să fie obiectul atenţiei voastre, nu are decât de câştigat.

Faptul că ei mă dezaprobă este problema lor

Dacă sunt unii care văd în voi lucruri cu care nu sunt de acord, adesea ei îşi văd propria dezaprobare reflectată înapoi, şi voi simţiţi că aţi greşit pe undeva. Iar noi vă spunem, nu este lipsa *voastră*, ci *a lor*. Este neputinţa *lor* de a fi *persoane care dau voie* şi care scot la iveală emoţia lor negativă; nu este imperfecţiunea *voastră*. Şi, în mod asemănător, atunci când voi simţiţi emoţii negative văzând lucruri pe care nu vreţi să le vedeţi în ceilalţi, nu este lipsa *lor*, ci a *voastră*.

Şi astfel, atunci când luaţi hotărârea de a vedea numai lucruri care vă plac, veţi începe să vedeţi numai ceea ce vă face plăcere, şi toate experienţele voastre vor genera emoţii pozitive, pentru că, prin *Legea Atracţiei*, veţi atrage spre voi numai ceea ce este în armonie cu ceea ce vă doriţi, înţelegând puterea emoţiilor voastre, puteţi apoi să vă direcţionaţi gândurile, şi apoi nu veţi mai simţi nevoia ca ceilalţi să se comporte diferit pentru ca voi să vă simţiţi bine.

Dar atunci când cineva violează drepturile altcuiva?

Jerry: Uite încă un domeniu care mi-a adus multă neplăcere în trecut, şi anume acela care priveşte drepturile fiecăruia: drepturile de proprietate, drepturile teritoriale, sau dreptul la propria pace. Cu alte cuvinte, obişnuia să mă deranjeze foarte tare dacă drepturile unei persoane erau încălcate

prin violenţă, sau când proprietatea cuiva era luată cu forţa. De asemenea, eram foarte pornit pe drepturile teritoriale, şi cui ar trebui să i se permită să intre în ţara noastră şi cui nu. De ce cineva să aibă voie şi altcineva nu? Dar apoi, după ce v-am cunoscut, am ajuns în acel punct în care văd toate aceste lucruri pe care ei le fac unul altuia ca fiind nişte „jocuri” pe care le joacă - mai mult sau mai puţin nişte „înţelegeri” pe care le au între ei, rostite sau nu. Am reuşit să nu mai simt aşa de mult durerea lor. Dar pot oare să ajung în punctul în care nu voi mai simţi nimic negativ atunci când voi vedea pe cineva violând drepturile altcuiva? Pot să mă uit pur si simplu la ceea ce-şi fac unul altuia, şi să gândesc: *Voi vă faceţi unul altuia ceea ce voi aţi ales într-un fel să faceţi?*

Abraham: Poţi. Atunci când vei înţelege că fiecare din ei atrage prin intermediul gândurilor, vei fi mai degrabă exuberant decât să simţi durere pentru ei, pentru că vei înţelege că ei recoltează emoţii pozitive sau negative, în funcţie de ceea ce au ales să gândească. Desigur, cei mai mulţi dintre ei nu înţeleg cum de primesc ceea ce primesc. Şi acesta este motivul pentru care atât de mulţi se consideră a fi victime. Ei cred că sunt victime pentru că nu înţeleg modul în care primesc ceea ce primesc. Ei nu înţeleg că ei cheamă acele lucruri prin intermediul gândurilor sau prin atenţia pe care o acordă. Poate îţi este de folos să înţelegi că fiecare experienţă duce la o clarificare a dorinţelor.

Este de ajuns din toate

Acum ai menţionat drepturile teritoriale. Noi avem o viziune oarecum diferită asupra „teritoriului” de cea pe care o au cei din planul fizic, pentru că în lumea voastră fizică voi continuaţi să vedeţi limitările. Voi simţiţi că există doar un anumit spaţiu, care în cele din urmă va fi luat, şi astfel simţiţi că nu este de ajuns.

În atitudinea voastră de a limita, în sentimentul vostru de lipsă mai degrabă decât de abundenţă, în faptul că observaţi că nu există suficient spaţiu sau suficienţi bani, sau suficientă sănătate, voi găsiţi motive ca să vă păziţi. Din perspectiva noastră, nimic nu este limitat, ci doar o continuă abundenţă din toate. Este de ajuns din toate pentru toţi. Şi astfel, atunci când ajungeţi să înţelegeţi acest lucru, orice senzaţie de limitare, lipsă, nevoie de protecţie sau de apărare a drepturilor teritoriale nu va mai constitui o problemă.

Suntem atraşi laolaltă prin intermediul *Legii Atracţiei*. Aici, din perspectiva noastră subtilă, această „Familie a lui Abraham” este împreună pentru că noi suntem, în esenţă, la fel - şi în această asemănare noi suntem atraşi unul de celălalt. Şi astfel, nu există un gardian al porţii. Nu există paznici care să îi ţină afară pe cei dizarmonioşi, pentru că ei nu sunt atraşi către noi, pentru că noi nu le acordăm atenţie. La fel este şi în mediul vostru. Chiar dacă voi nu vedeţi aceste lucruri tot atât de limpede ca şi noi,

Legile acţionează tot atât de perfect pentru voi, cum acţionează şi pentru noi. Doar că voi aveţi atâtea explicaţii fizice pentru lucruri, explicaţii care pot fi parţial corecte, dar nu sunt complete. Cu alte cuvinte, atunci când voi descrieţi cum ajunge apa în paharul vostru arătând spre ţeavă şi robinet, noi spunem că există încă multe alte aspecte legate de aceasta. Şi astfel, atunci când voi ne explicaţi că aveţi agresori care trăiesc pe pământul vostru care ar dori să vă ia tot ce aveţi, noi vă spunem că ei nu pot face asta. Dacă nu îi chemaţi prin intermediul gândurilor, agresorii nu vor fi în viaţa voastră. Aceasta este *Legea*, atât în lumea voastră fizică, cât şi în cea subtilă în care suntem noi.

Are vreo valoare pierderea vieţii?

Jerry: Nu aţi spus voi că noi ne învăţăm lecţiile prin intermediul acestor experienţe de viaţă? Dar când o fiinţă îşi pierde viaţa fizică în cadrul unei experienţe violente, şi-a învăţat lecţia?

Abraham: Nu vi se dau „lecţii”. Nouă nu ne place acest cuvânt prea mult, pentru că sună de parcă ar exista vreun ordin referitor la ceea ce ar fi bine sau trebuie să învăţaţi, lucru care nu este adevărat. Ci este faptul că experienţa voastră de viaţă vă aduce cunoaşterea, şi voi deveniţi mai înţelepţi şi mai deschişi prin această cunoaştere.

Ceea ce trebuie să fie înţeles înainte de a putea aprecia valoarea vieţii fizice, chiar şi când o pierdeţi, este că voi adăugaţi ceva la o experienţă mult mai mare şi mai amplă decât cea pe care o cunoaşteţi ca fiind experienţa colectivă din acest corp fizic. Tot ceea ce trăiţi acum se adaugă la această cunoaştere mai amplă. Şi astfel, chiar atunci când veţi fi încetat să vă concentraţi prin intermediul acestui corp, tot ceea ce aţi trăit aici va fi o parte din această cunoaştere mai vastă pe care o deţineţi. Şi astfel, da, există o oarecare valoare chiar şi în acea experienţă care vă înlătură din acest corp fizic. Ea nu este în zadar.

Sunt punctul culminant al mai multor vieţi

Jerry: Vrei să spui că a-mi pierde viaţa este o experienţă care se adaugă cumva tuturor experienţelor acelei Fiinţe mai ample?

Abraham: Da, într-adevăr. Voi v-aţi pierdut viaţa fizică cu multe ocazii. Aţi trăit mii de alte vieţi. Acesta este motivul pentru care dorinţa voastră de a trăi este atât de mare. Nu am putea spune în cuvinte numărul de vieţi pe care le-aţi trăit, dacă ar fi să amintim detalii din fiecare; aţi avut atât de multe experienţe încât amintirea lor v-ar încurca şi stingheri aici. Şi astfel, atunci când vă naşteţi în acest corp, nu vă mai amintiţi ceea ce a fost înainte, deoarece nu vreţi să fiţi distraşi de toate aceste amintiri. Aveţi ceva mai bun decât asta: aveţi o *Fiinţă Interioară* care este culmea acestor vieţi

pline de experienţă.

Aşa cum sunteţi acum, o culme a tot ceea ce aţi trăit, este destul de puţin important pentru voi să staţi şi să discutaţi despre lucrurile pe care le-aţi făcut când aveaţi 3 ani sau 10 sau 12. Desigur, sunteţi ceea ce sunteţi acum tocmai datorită tuturor acestora... dar a continua să vă uitaţi înapoi în trecutul vostru şi să regurgitaţi acele experienţe nu îmbogăţeşte prea mult ceea ce sunteţi acum.

Şi astfel, atunci când acceptaţi că sunteţi această Fiinţă magnifică şi înalt evoluată, fiind sensibili la ce simţiţi, veţi beneficia de *Sistemul Vostru de Ghidare Emoţională* - în ceea ce priveşte cât este recomandat ceea ce sunteţi pe punctul de a face - pe baza a ceea ce simţiţi. Sunteţi Fiinţe fizice, şi voi vă cunoaşteţi eu-l fizic, fără a vă cunoaşte în schimb dintr-o perspectivă mai largă. Partea voastră fizică este o parte magnifică şi importantă, dar este de asemenea o extensie a acelui eu care este mai amplu, mai mare, mai înţelept şi în mod cert mai bătrân decât voi. Şi acel *Eu Interior* a luat hotărârea de a veni focalizat în acest corp deoarece a dorit să adauge experienţa acestei vieţi cunoaşterii acelui *Eu Interior* mai larg si mai mare.

De ce nu îmi aduc aminte de vieţile anterioare?

S-a stabilit, înainte de a veni aici, că nu veţi avea amintiri - care să vă facă confuzi, să vă afunde şi să vă stingherească - legate de ceea ce aţi trăit înainte de asta, dar că veţi avea un anumit simţ, o Ghidare care vine din interior. Şi s-a stabilit că Ghidarea va fi sub forma unei emoţii, care se va manifesta sub forma unui sentiment. *Fiinţa Voastră Interioară* nu poate răspunde printr-un gând gândurilor voastre, şi astfel s-a convenit că Fiinţa Interioară să vă ofere un sentiment, astfel încât să ştiţi cât este de potrivit ceea ce simţiţi, vorbiţi sau faceţi în contextul intenţiilor voastre globale mai ample.

De fiecare data când anunţaţi că intenţionaţi în mod conştient ceva, *Fiinţa Voastră Interioară* procesează totul în interior. Şi astfel, atunci când emiteţi ceva cu bună ştiinţă, sub formă de intenţie: „Vreau, intenţionez, aştept”, *Fiinţa Voastră Interioară* este capabilă să însumeze tot şi să vă ofere o *ghidare* mult mai precisă şi mai potrivită.

Multe fiinţe încarnate nu anunţă ce intenţii au pentru că nu înţeleg că ei sunt creatorii propriilor experienţe. Ei se resemnează să ia ceea ce vine, neînţelegând faptul că ei sunt cei care atrag ceea ce vine. Dar în aceste condiţii este mult mai dificil *să dai voie*, pentru că simţi că eşti o victimă. Simţi că eşti vulnerabil; simţi că nu controlezi ceea ce vine, aşa că simţi că trebuie să te protejezi de ceea ce ar putea să apară, neînţelegând că tot tu eşti cel care atrage aceste lucruri. De aceea spunem că *înţelegerea modului în care primeşti ceea ce primeşti este esenţială - înainte să fii în situaţia de a vrea să îţi dai voie ţie sau altcuiva*.

Şi atunci când sexualitatea devine o experienţă plină de violenţă?

Jerry: Un alt domeniu care mi-a produs disconfort este cel al moralităţii legate de practicile sexuale. Acum am ajuns în punctul în care le dau voie celorlalţi să aibă propriile preferinţe în materie de sexualitate, dar încă mă mai simt inconfortabil atunci când cineva foloseşte forţa împotriva altcuiva, în *orice* domeniu. Din nou, există un punct în care pot ajunge, în care indiferent ce fac alţii, fie că folosesc forţa sau nu, să nu mă afecteze?

Abraham: Indiferent de subiect, este important să înţelegi că nu există victime. Există doar co-creatori.

Voi toţi sunteţi ca nişte magneţi, atrăgând spre voi subiectul gândurilor voastre. Şi astfel, dacă cineva se gândeşte prea mult sau vorbeşte prea mult despre viol, este foarte posibil ca ei să devină, datorită cuvintelor lor, victima unei asemenea experienţe. Pentru că, prin Lege, *atragi spre tine esenţa a ceea ce te gândeşti*.

Atunci când te *gândeşti*, simţind o emoţie, îţi lansezi creaţia, şi apoi atunci în timp ce *aştepţi*, ea chiar are loc. Şi astfel, există mulţi care lansează creaţii pe care însă nu le primesc în viaţa lor, pentru că nu realizează decât jumătate din ecuaţie. Ei lansează creaţia gândindu-se la acel lucru, chiar şi însoţit de o trăire emoţională, dar apoi nu aşteaptă acel lucru, şi deci nu îl primesc. Aceasta este valabil atât pentru lucrurile pe care le doreşti, cât si pentru cele pe care nu le doreşti.

Care sunt aşteptările mele legate de această problemă?

V-am dat exemplul cu mersul la filmul de groază, unde sunteţi stimulaţi să aveţi gânduri mult mai clare şi mai vii datorită sunetului şi imaginii care vin din film. Acum aţi lansat creaţia acestui scenariu de îndată ce v-aţi gândit la el, de obicei cu emoţie intensă, dar atunci când aţi părăsit cinematograful, spuneţi: „A fost doar un film; mie n-o să mi se întâmple aşa ceva.” Şi astfel, nu completaţi şi partea referitoare la *aşteptări*.

Observaţi, în societatea voastră, că cu cât se oferă mai mult cu privire la un subiect, cu atât mai multe *aşteaptă* publicul referitor la acesta, în acelaşi fel, cu cât sunt mai mari aşteptările indivizilor, cu atât este mai mare probabilitatea ca acel lucru să se petreacă.

Nu vă gândiţi la acele lucruri pe care nu le doriţi, şi nu le veţi avea în viaţa voastră. Nu vorbiţi despre ceea ce nu vă doriţi, şi nu-1 veţi atrage. Şi astfel, atunci când veţi înţelege aceasta, la fel ca cineva care observă că ceilalţi au experienţe pe care nu le doresc, nu veţi mai avea acele emoţii negative, deoarece înţelegeţi că ei acum sunt pe cale să înţeleagă modul în care vin toate lucrurile către ei.

Acum, este adevărat, nimeni dintre noi nu simte bucurie atunci când vede că cineva este jefuit sau ucis. Acestea nu sunt experienţe plăcute. Dar când ajungi în punctul în care înţelegi cum atragi aceste evenimente în viaţa ta, nu te vei mai gândi la ele - *şi apoi nici măcar nu vei mai ajunge să vezi aşa ceva*.

Atrageţi în viaţa voastră ceea ce gândiţi. Televiziunea încurcă lucrurile, pentru că voi daţi drumul la televizor cu intenţia de a vă distra, şi atunci prezentatorii vă aduc din senin acele buletine de ştiri în care vi se povesteşte nu ştiu ce eveniment oribil. Dar atunci când intenţiile voastre sunt de a vedea - indiferent ce faceţi - numai ceea ce vreţi să vedeţi... veţi fi îndepărtat de televizor înainte de a începe un asemenea buletin de ştiri.

Îmi pre-clădesc viitorul chiar în acest moment

Atunci când vedeţi într-un ziar sau revistă ceva care începe să genereze o cât de mică emoţie negativă, puteţi imediat să le lăsaţi la o parte, în loc să continuaţi să le citiţi şi să primiţi mai multe informaţii negative pentru că *Legea Atracţiei* adaugă. Dar chiar dincolo de asta, în această clipă, atunci când intenţionaţi să atrageţi spre voi numai ceea ce vă doriţi, veţi începe să pre-clădiţi astfel încât viitoarele acţiuni să nu trebuiască să fie atât de definite. Nu veţi fi atraşi de ziare, în loc de aceasta, veţi fi atraşi, prin intermediul Legii Atracţiei, către subiectul alegerii voastre conştiente.

Motivul pentru care atât de mulţi dintre voi sunt atraşi către subiecte care nu sunt alese cu bună ştiinţă este acela că nu aveţi o intenţie clar stabilită. Nu spuneţi suficient de des ceea ce vreţi, şi astfel atrageţi câte puţin din toate. Cu cât sunteţi mai conştienţi în ceea ce priveşte lucrurile pe care le vreţi, cu atât mai mult veţi pre-clădi, astfel încât va fi nevoie de mult mai puţină acţiune pentru a înlătura lucrurile nedorite. Nu veţi mai fi înghesuiţi de televizor, ca să spunem aşa, sau de prădătorii din societatea voastră, pentru că Universul va fi pregătit ceva diferit pentru voi.

Cum rămâne cu copilaşul nevinovat?

Jerry: Mulţi oameni vor accepta premizele voastre de bază în ceea ce priveşte creaţia prin gând, Abraham, dar punctul unde văd împiedicându-se o mulţime de oameni, ca să zic aşa, sau având probleme cu învăţăturile voastre, este cel în care vorbim de copii nevinovaţi. Ei vor întreba: „Bine dar cum rămâne cu copilaşii nevinovaţi? Cum ar putea copilaşii să aibă gânduri care să le aducă diformităţi fizice, boală sau orice agresiune a corpurilor lor?”

Abraham: Aceasta se petrece pentru că copiii au fost înconjuraţi de cei care au aceste gânduri, deci ei au primit esenţa acestor gânduri.

Jerry: Ceva cam ca telepatia?

Abraham: Corect. Vedeţi voi, cu mult înainte ca un copil să vorbească, acel copil gândeşte. Dar voi nu puteţi şti cât de clare sunt gândurile copilaşului, pentru că el nu a învăţat încă să comunice verbal cu voi. Deocamdată el nu îşi comunică gândurile.

Jerry: Copilul nu gândeşte în *cuvinte*. Adică, eu pot să simt că un copil gândeşte cu mult înainte de a rosti cuvinte.

Abraham: Într-adevăr, copilul gândeşte, şi primeşte gândurile sub formă de vibraţie din partea voastră din ziua în care intră în mediul vostru. Acesta este motivul pentru care convingerile se transmit atât de uşor de la părinte la copil. Copilul primeşte vibraţia fricilor şi credinţelor voastre, chiar fără cuvintele voastre rostite.

Dacă vreţi să faceţi ceva care să fie cu adevărat valoros pentru copilul vostru, gândiţi-vă numai la ceea ce vă doriţi, şi copilul vostru va primi doar aceste gânduri dorite.

N-ar trebui ca ceilalţi să îşi onoreze promisiunile pe care mi le-au făcut?

Jerry: Abraham, în ceea ce priveşte a da voie, încă mi se mai strecoară în minte acea veche zicală: *Oricine are dreptul de a-si legăna armele cât de mult vrea* (care pentru mine însemna „a da voie”), *atâta timp cât asta nu interferează cu dreptul meu de a-mi legăna armele, sau atâta timp cât nu-mi loveşte nasul*.

Cu alte cuvinte, mergând prin viaţă şi îngăduind oamenilor să fie, să facă şi să aibă orice doresc, dacă aceasta interferează cu ceva ce noi am stabilit înainte, în afaceri, uneori îmi este cel puţin dificil să mă abţin să nu le cer să respecte înţelegerea sau să cer ca ei să îşi îndeplinească responsabilităţile asupra cărora am convenit înainte.

Abraham: Atâta timp cât încă te mai preocupă faptul că altcineva poate să intervină în experienţa ta, sau că te poate lovi cu armele, înseamnă că nu înţelegi cu adevărat cum obţii ceea ce obţii. Poţi începe de astăzi să te gândeşti numai la ceea ce îţi doreşti; şi apoi să începi, chiar de astăzi să atragi numai ceea ce îţi doreşti. Problema apare din cauză că ieri sau cândva în trecut, nu ai înţeles aceasta, şi ai chemat - prin gândurile tale - pe cei care te lovesc cu armele. Şi uite aşa, acum, în acest moment, te întrebi: „Ce mă fac?”

Dacă în experienţa ta există cei care îşi zdrăngăne armele într-un mod neplăcut, mută-ţi atenţia de la ei şi ei vor pleca, şi în locul lor vor veni cei care îţi sunt plăcuţi şi care sunt în armonie cu tine. Dar ce se întâmplă de obicei: atunci când aceia îşi zdrăngăne armele şi fac lucrurile care nu ai vrea să le facă, tu le acorzi atenţie. Devii mai furios, te superi mai tare, şi prin intermediul *Legii Atracţiei*, atragi şi mai mult din esenţa acelui lucru, până

când în curând vor fi mai mulţi de unul în viaţa ta. În loc de un asemenea individ, sunt doi, trei sau mai mulţi... ia-ţi atenţia de la ceea ce nu îţi place, orientează-ţi atenţia spre ceea ce îţi face plăcere, şi atunci vei putea să schimbi impulsul. Nu instantaneu, dar va începe să se schimbe.

Dacă, în fiecare dimineaţă în următoarele 30 de zile, îţi vei începe ziua spunând: *Intenţionez să văd; vreau să văd; mă aştept să văd, indiferent cu cine lucrez, indiferent cu cine vorbesc, indiferent unde sunt, indiferent ce fac... intenţionez să văd ceea ce vreau să văd*, vei schimba impulsul experienţei tale de viaţa. Şi toate acele lucruri care acum îţi displac vor dispărea din viaţa ta şi vor fi înlocuite de lucruri care îţi fac plăcere. Este absolut sigur. Este Lege.

Niciodată nu voi da greş... nici nu voi ajunge la capăt

Atunci când din această perspectivă non-fizică, în care aţi fost şi voi înainte de a veni în acest corp fizic, vă spunem că intenţia voastră a fost să deveniţi *o persoană care dă voie* şi să înţelegeţi *Arta de a da voie*, - să ştiţi că aşa este. *Ce vrem să înţelegeţi voi este că niciodată nu puteţi încheia acest proces. Voi nu sunteţi ca o masă care este imaginată, apoi creată, şi apoi este gata. Voi sunteţi într-o continuă devenire. Sunteţi pururi în procesul de creştere. Dar sunteţi întotdeauna ceea ce sunteţi în acest moment*.

Vreţi să înţelegeţi Legile Universului atât de bine încât să deveniţi una cu ele. Vreţi să înţelegeţi cum vin lucrurile spre voi ca să nu vă mai simţiţi ca o victimă, sau vulnerabili în faţa capriciilor celor care îşi zdrăngăne armele.

Pentru voi este greu să înţelegeţi aceste lucruri atunci când sunteţi la mijloc între ceea ce par a fi două lumi: lumea pe care aţi creat-o înainte de a înţelege aceste lucruri, şi lumea pe care tocmai o creaţi acum când înţelegeţi mult mai clar. Şi astfel, unele din lucrurile care sunt în viaţa voastră datorită pregătirii sau anticipării voastre din trecut nu se potrivesc prea bine cu ceea ce vă doriţi *acum*. Şi astfel, ştim că este un oarecare disconfort atunci când vă aflaţi în această fază de tranziţie, dar el va fi din ce în ce mai puţin pe măsură ce vă este din ce în ce mai clar ceea ce vă doriţi. Multă din zăpăceala impulsurilor trecute este acum îndepărtată din viaţa voastră.

Atunci când sunteţi într-o stare în care simţiţi emoţii pozitive şi luaţi în considerare numai ceea ce faceţi, gândiţi sau vorbiţi voi, voi *vă daţi voie* vouă înşivă. Atunci când sunteţi într-o stare în care simţiţi emoţii pozitive atunci când observaţi experienţa altcuiva, se cheamă că *îi daţi voie* acelei persoane. E simplu... Şi astfel, nu puteţi să simţiţi ceva negativ în ceea ce vă priveşte şi să fiţi în starea de *a da voie* faţă de voi înşivă.

Pentru a fi o persoană care dă voie înseamnă să simţiţi emoţii pozitive, ceea ce înseamnă că trebuie să controlaţi direcţia în care vă îndreptaţi atenţia. Nu înseamnă că trebuie să înghesuiţi într-o anumită formă tot ceea

ce se află în lumea voastră astfel încât toţi şi toate să fie fix aşa cum aţi vrea voi. Înseamnă că sunteţi capabili să vedeţi, şi prin urmare să cereţi mai departe, de la univers, de la lumea voastră, şi de la prietenii voştri, ceea ce este în armonie cu voi, în timp ce lăsaţi celelalte părţi să treacă neobservate, şi prin urmare, nechemate de voi. Vedeţi voi, aceasta este arta de *a da voie*.

Şi vă spunem, prieteni, *a da voie* este cea mai glorioasă stare de a fi pe care o veţi atinge pe termen lung. Pentru că odată ce sunteţi o persoană care dă voie, vă înălţaţi într-o spirală ascendentă din ce în ce mai sus, pentru că nu există emoţie negativă care să vă dezechilibreze şi să vă dea jos. Nu există mişcare de recul a pendulului. Vă mişcaţi pentru totdeauna şi în mod glorios înainte şi în sus!

PARTEA a V-a

STABILIREA INTENŢIEI PENTRU FIECARE SEGMENT

Procesul magic al *Stabilirii intenţiei pentru fiecare segment*

Jerry: Abraham, senzaţia, mea este că această combinaţie de ingrediente care sunt *Legea Atracţiei, Ştiinţa Creaţiei la Voinţă*, şi *Arta de a da voie*... la care se adaugă acesta care urmează, *Procesul Stabilirii Intenţiei pentru fiecare segment*, pare a conţine reţeta completă pentru a face lucrurile să se petreacă în general. Vreţi să ne vorbiţi despre *Procesul Stabilirii Intenţiei pentru fiecare segment*.

Abraham: Odată ce înţelegeţi că sunteţi creatorii propriei experienţe, veţi dori să identificaţi mai limpede ceea ce vă doriţi astfel încât să îi puteţi da voie în viaţa voastră. Pentru că nu există nici o posibilitate de a *Crea la voinţă*, până când nu aţi terminat de identificat ceea ce vreţi cu adevărat.

Nu doriţi acelaşi lucru în fiecare segment al vieţii voastre. De fapt, în fiecare zi sunt o mulţime de segmente care pot avea diferite intenţii. Şi astfel, scopul acestei prezentări a *Stabilirii intenţiei pentru fiecare segment* este de a vă ajuta să înţelegeţi ce valoare au opririle de pe parcursul zilei făcute pentru a identifica ce anume doriţi cel mai mult, astfel încât să puteţi pune accentul şi implicit, mai multă putere, asupra lor.

Foarte puţin din ceea ce trăiţi astăzi este rezultatul doar a ceea ce aţi gândit astăzi. Dar oricând opriţi fiecare segment şi identificaţi ceea ce vreţi pentru fiecare segment, trimiteţi înainte gânduri care încep să pre-clădească viitoarele voastre experienţe de fiecare dată când intraţi în segmente care sunt asemănătoare.

Cu alte cuvinte, să spunem că intraţi în maşina voastră şi sunteţi singuri, aşadar intenţia de a comunica cu altcineva, sau a asculta cu atenţie la ce are cineva de spus, nu reprezintă o intenţie foarte importantă în acel moment. Dar intenţia de a avea siguranţă, un trafic care decurge lin şi a ajunge proaspăt şi punctual la destinaţie, acestea sunt intenţii care se integrează foarte bine în acest segment atunci când conduceţi dintr-un loc în altul. Identificarea intenţiilor voastre atunci când intraţi în acest segment al condusului auto afectează nu numai acest segment, dar stabileşte de asemenea un fel de cadru în viitor pentru ca de fiecare dată când veţi urca într-o maşină, să aveţi de fapt pre-clădite sau create circumstanţele şi

evenimentele care vă sunt pe plac.

Este posibil ca la început, chiar dacă identificaţi segment cu segment ceea ce doriţi, să mai existe impulsuri generate de gânduri trecute. Dar cu timpul, atunci când enunţaţi pentru fiecare segment ceea ce vreţi, veţi fi pregătit înaintea voastră o cale care să vă fie pe plac. Şi atunci nu va mai fi nevoie de atât de multă acţiune pentru a face ca lucrurile să fie aşa cum vă doriţi.

Pot să îmi stabilesc intenţia de a avea succes în fiecare segment

Din punct de vedere tehnic, toată forţa voastră creatoare se află în clipa prezentă. Dar voi proiectaţi această forţă nu numai în acest moment, ci şi în viitorul care există pentru voi. Şi astfel, cu cât doriţi mai mult să vă opriţi şi să identificaţi ce vreţi în *acest* segment, cu atât va fi mai mare, mai clară şi mai magnifică viitoarea voastră cale. Şi de asemenea, fiecare dintre momentele voastre viitoare va fi din ce în ce mai bun.

Scopul acestei prezentări este de a oferi celor care doresc, un proces practic prin care să puneţi imediat în practică aceste *Legi ale Universului* care sunt de bază, cu scopul de a vă da controlul absolut şi deliberat asupra vieţii voastre. Şi în timp ce unora aceasta li se poate părea o foarte mare exagerare, pentru că aparent nu puteţi să controlaţi experienţele din viaţa voastră, noi vrem să ştiţi că puteţi.

Am venit aici pentru a-i ajuta pe cei care vă aflaţi aici, acum, în aceste corpuri fizice, să înţelegeţi cum anume atrageţi ceea ce atrageţi - şi să vă ajutăm să înţelegeţi că nimic nu vine către voi fără să-1 fi chemat înainte prin gândurile voastre. Şi că odată ce începeţi să vă analizaţi experienţele voastre de viaţă şi să observaţi corelaţia absolută dintre ceea ce vorbiţi, ceea ce gândiţi şi ceea ce obţineţi, atunci vă va fi limpede că, într-adevăr, voi sunteţi cei care cheamă, cei care atrage, şi voi sunteţi creatorii experienţelor voastre fizice.

Aceste timpuri sunt cele mai bune

Trăiţi în nişte vremuri minunate, într-o societate avansată din punct de vedere al tehnologiei în care aveţi acces la stimuli ai gândurilor din toate părţile lumii. Accesul vostru la informaţie vă este de un mare folos, deoarece vă oferă ocazia de a vă expansiona, dar el poate fi şi o sursă de imensă confuzie.

Capacitatea voastră de a vă focaliza asupra unui subiect mai restrâns aduce mai multă claritate, în timp ce capacitatea voastră de a vă concentra asupra mai multor lucruri simultan adesea aduce confuzie. Voi sunteţi fiinţe receptive; procesele voastre mentale sunt foarte rapide şi atunci când luaţi în considerare un singur subiect, aveţi capacitatea, prin puterea *Legii Atracţiei*, să creaţi din ce în ce mai multă claritate cu privire la acel subiect

până când veţi putea să realizaţi absolut orice în acea direcţie. Dar deoarece în societatea voastră este disponibilă atât de multă stimulare mentală, foarte puţini dintre voi rămân focalizaţi asupra oricărui subiect suficient de mult timp pentru a-l duce ceva mai departe. Cei mai mulţi dintre voi sunteţi atât de zăpăciţi încât nu aveţi ocazia de a dezvolta prea mult nici măcar un gând.

Scopul şi valoarea procesului de *a stabili intenţia pentru fiecare segment*

Şi astfel, *stabilirea intenţiei pentru fiecare segment* este procesul identificării deliberate a ceea ce se doreşte în mod special în acest moment. Aceasta se face cu intenţia de a scoate la iveală din toată confuzia care este considerată a fi experienţa voastră de viaţă, conştientizarea lucrului pe care îl vreţi cel mai mult în momentul de faţă. Şi atunci când vă opriţi o clipă pentru ca să identificaţi care este intenţia voastră, extrageţi o uriaşă putere din Univers, şi ea este canalizată în întregime în acest moment anume în care vă aflaţi acum.

Gândiţi-vă că gândurile voastre sunt ca nişte magneţi, (într-adevăr, tot ceea ce se află în Universul vostru este atras magnetic către ceea ce este asemenea lui.) Şi astfel, de câte ori contemplaţi un mărunt gând negativ, sau vă concentraţi asupra lui, prin puterea *Legii Atracţiei* - el va creste mai mare. Dacă vă simţiţi în mod special dezamăgiţi sau trişti, veţi descoperi că atrageţi pe alţii care nu se simt cu mult diferit, căci modul în care *simţiţi* este *punctul vostru de atracţie*. Şi astfel, atunci când sunteţi nefericiţi, veţi atrage mai mult din ceea ce vă face nefericiţi. În timp ce dacă *vă simţiţi bine*, veţi atrage şi mai mult din ceea ce consideraţi că este bine.

Deoarece voi îi atrageţi sau invitaţi în viaţa voastră pe ceilalţi cu care interacţionaţi; oamenii care vă înconjoară în trafic; oamenii cu care vă întâlniţi la cumpărături; cei pe care îi întâlniţi când vă plimbaţi; subiectele pe care le discută oamenii cu voi; felul în care vă tratează chelnerul la restaurant; chelnerul care vă serveşte; banii care curg spre voi; felul în care arată şi vă simţiţi corpul fizic; oamenii cu care vă daţi întâlnire (această listă ar putea continua incluzând tot ce este în viaţa voastră) - este important să înţelegeţi puterea acestui moment *prezent*. Scopul *procesului de stabilire a intenţiei pentru fiecare segment* este de a vă direcţiona în mod clar gândurile către acele lucruri pe care le doriţi prin identificarea elementelor din viaţă care contează cel mai mult pentru voi în acest segment particular din viaţa voastră.

Atunci când vă spunem că *sunteţi creatorii experienţelor voastre*, şi că *nu există nimic în viaţa voastră pe care să nu îl fi chemat chiar voi*, uneori întâmpinăm rezistenţă. Rezistenţa apare deoarece mulţi dintre voi aveţi în viaţa voastră lucruri pe care nu le doriţi. Şi atunci spuneţi: „Abraham, eu nu aş fi creat acest lucru pe care nu îl doresc.” Suntem de acord, nu aţi fi făcut

aceasta intenţionat, dar nu suntem de acord că nu voi aţi făcut-o. Pentru că prin intermediul gândului vostru - şi numai prin intermediul gândurilor *voastre* - primiţi lucrurile pe care le primiţi. Dar până ce nu veţi fi gata să acceptaţi că voi sunteţi creatorii experienţelor voastre, nu vi se poate oferi prea mult care să vă fie de folos.

Legea Atracţiei vă afectează, fie că sunteţi conştienţi de ea sau nu; şi *stabilirea intenţiei pentru fiecare segment* vă va ajuta să fiţi mai conştienţi de puterea gândurilor voastre, pentru că cu cât o veţi aplica mai deliberat, cu atât mai multe detalii ale vieţii voastre vor reflecta intenţia voastră conştientă.

Societatea voastră oferă mulţi stimuli pentru gândire

Voi trăiţi într-o societate care oferă mulţi stimuli pentru gândire, şi atunci când sunteţi deschişi şi receptivi la aceştia, puteţi foarte bine să atrageţi mai multe gânduri, şi prin urmare mai multe circumstanţe şi evenimente şi oameni decât aţi avea chef sau timp.

În doar o oră de expunere la mass-media voastră, există o stimulare uriaşă care vi se oferă, - şi nu este de mirare că adesea vă simţiţi absolut copleşiţi şi că mulţi dintre voi v-aţi decuplat sau închis complet către toate lucrurile, pentru că vin prea multe foarte repede către voi.

Procesul *stabilirii intenţiei pentru fiecare segment* vă oferă soluţia, pentru că atunci când citiţi aceste cuvinte care sunt oferite aici, confuzia va fi înlocuită de claritate absolută; senzaţia voastră de a nu avea control va fi înlocuită de senzaţia că deţineţi controlul; şi pentru mulţi dintre voi, sentimentul de stagnare va fi înlocuit de un sentiment glorios şi înviorător de deplasare rapidă înainte.

Confuzia se naşte atunci când luaţi în considerare prea multe lucruri în acelaşi timp, în timp ce claritatea se naşte atunci când vă gândiţi la câte un singur lucru - şi totul derivă din Legea Atracţiei. Atunci când emiteţi un gând referitor la un subiect oarecare, *Legea Atracţiei* intră în acţiune imediat pentru a vă oferi mai mulţi stimuli ai gândirii în ceea ce priveşte acel subiect. Atunci când treceţi de la un gând la altul, *Legea Atracţiei* vă oferă şi mai multe gânduri cu privire la acel gând, apoi la celălalt. Şi acesta este motivul pentru care adesea vă simţiţi copleşiţi, pentru că prin *Legea Atracţiei*, acum aţi însumat informaţii despre o mulţime de subiecte.

În multe cazuri, aceste informaţii iau naştere din trecutul vostru; în multe cazuri, ele vor veni de la cei care vă sunt cei mai apropiaţi, dar rezultatul final este acelaşi: voi luaţi în seamă atât de multe lucruri încât nu vă îndreptaţi către nici unul anume - şi rezultatul, desigur este un sentiment de frustrare sau confuzie.

De la Confuzie la Claritate şi apoi la *Creaţia la voinţă*

Atunci când alegeţi orice prim subiect asupra căruia vreţi să meditaţi, *Legea, Universul*, vă vor oferi mai multe care au legătură cu acel gând. Dar în loc să vină multe gânduri din mai multe direcţii - uneori chiar direcţii contrare, aflate în conflict - gândurile şi evenimentele care vor lua naştere *acum* vor fi în armonie cu gândul primar pe care l-aţi emis. Şi astfel, va exista un sentiment de claritate, şi chiar mai important decât acesta, va fi înţelegerea faptului că avansaţi în creaţia voastră. *Atunci când luaţi în considerare mai multe subiecte odată, în general nu avansaţi semnificativ către nici unul dintre ele, deoarece focalizarea şi puterea voastră sunt difuze, în timp ce atunci când vă concentraţi asupra a ceea ce contează cel mai mult la un anumit moment dat, avansaţi cu mult mai multă putere către acel lucru*.

Împărţirea zilei pe segmente cu intenţii specifice

Punctul în care vă aflaţi acum, punctul din care percepeţi în mod conştient - acel punct este un *segment*. Ziua voastră poate fi împărţită în mai multe segmente, şi nu există doi care să aveţi exact aceleaşi segmente. Într-o zi segmentele voastre pot fi diferite de ziua precedentă, şi este în regulă. Nu este necesar să aveţi un program rigid de segmente. Ceea ce este important este să identificaţi când vă mişcaţi de la un segment, şi deci de la un anumit set de intenţii - la altul.

De exemplu, atunci când vă treziţi dimineaţa - acum intraţi într-un nou segment. Timpul acela în care sunteţi treaz înainte să vă daţi jos din pat - acela este un segment... Momentul acela în care vă pregătiţi pentru următoarea activitate - acela este un segment... Când vă urcaţi în maşină - acela este un alt segment, şi aşa mai departe.

Oricând realizaţi că vă mişcaţi către un alt segment de viaţă, dacă vă opriţi pentru o clipă şi enunţaţi cu voce tare sau în gând, ce vă doriţi cel mai mult intrând în acel segment, veţi începe, prin intermediul puternicei *Legi a Atracţiei*, să cereţi gânduri, circumstanţe, evenimente şi chiar discuţii sau acţiuni din partea altora care vor fi în armonie cu intenţia voastră.

Atunci când vă acordaţi timp ca să recunoaşteţi că vă mişcaţi către un alt segment şi mergeţi chiar mai departe identificând care sunt intenţiile voastre dominante corespunzătoare lui, veţi evita confuzia de a fi târâţi de influenţa celorlalţi sau chiar confuzia de a fi duşi de propriile voastre obiceiuri mentale, care sunt mai puţin conştientizate.

Eu operez şi creez la mai multe niveluri

În fiecare segment al vieţii voastre, voi operaţi pe mai multe niveluri. Există acele lucruri pe care le *faceţi* într-un segment. (A face este un mod puternic de a crea). Există acele lucruri despre care vorbiţi în segment.

(Vorbirea este un mod puternic de a crea). Şi mai sunt acele lucruri pe care le gândiţi în segment (Gândirea este un mod puternic de a crea). De asemenea, în cadrul fiecărui segment, aţi putea lua în considerare ceea ce vi se petrece în *prezent*; aţi putea lua în considerare ceea ce vi s-a petrecut deja în *trecut*; sau aţi putea lua în considerare ceea ce este pe punctul să vi se întâmple în *viitor*.

Atunci când vă gândiţi la ce aţi dori în viitor, începeţi să atrageţi esenţa a ceea ce vă doriţi în viitorul vostru. Dar pentru că prezentul vostru nu a fost încă pregătit pentru aceasta, acest lucru nu va veni în prezent - dar va începe să se mişte înainte. Şi pe măsură ce voi înaintaţi spre acel loc viitor, tot aşa fac şi evenimentele şi circumstanţele la care v-aţi gândit.

Gândurile pe care le gândesc astăzi îmi pre-clădesc viitorul

Iată aici procesul la care ne referim prin termenul *pre-clădire*: în prezent fiind, vă gândiţi la viitorul vostru, astfel atunci când ajungeţi în acel moment, viitorul vostru a fost *pre-clădit*, sau pregătit, pentru voi, de către voi înşivă. Şi astfel, mult din ceea ce trăiţi azi este un rezultat al gândurilor voastre referitoare la astăzi pe care le-aţi avut ieri, alaltăieri, cu un an înainte...

Fiecare gând pe care îl aveţi şi care este direcţionat spre ceea ce vreţi în viitor vă este de mare folos. Fiecare gând pe care îl aveţi referitor la ceea ce nu vreţi în viitor este în dezavantajul vostru.

Atunci când vă gândiţi la vitalitate şi sănătate - şi le doriţi şi le aşteptaţi în viitor - pre-clădiţi şi pregătiţi aceasta pentru voi. Dar atunci când vă temeţi sau vă îngrijoraţi că ar putea apărea declinul sau boală, de asemenea pre-clădiţi sau pregătiţi aceasta pentru viitorul vostru.

Stabilirea intenţiei pentru fiecare segment vă va ajuta fie că sunteţi *în prezent* gândindu-vă la momentul acesta, sau sunteţi în *prezent*, gândindu-vă la *viitor*. Pentru că, în fiecare din aceste cazuri, veţi crea în mod deliberat. Şi acesta este scopul *procesului stabilirii intenţiei pentru fiecare segment*. Fie că intenţionaţi să faceţi sau să spuneţi ceva anume în momentul acesta, sau că vă pre-clădiţi viitorul în acest moment, este foarte important pentru voi să o faceţi cu bună ştiinţă.

Atunci când vă urcaţi în maşina voastră, dacă enunţaţi intenţia voastră conştientă de a avea o călătorie în siguranţă, veţi atrage efectiv circumstanţele care vor genera aceasta. Acum, desigur, dacă aţi fi avut această intenţie atunci când aţi început numeroase alte călătorii mai înainte... dacă, în trecutul vostru, atunci când vă vedeaţi viitorul, aţi fi dorit şi aşteptat siguranţă, atunci aceste intenţii enunţate în avans ar fi început deja să vă pre-clădească viitorul, şi *stabilirea intenţiei pentru fiecare segment* doar ar mai fi adăugat ceva la această intenţie... cu adevărat întărind-o.

Pot să îmi pre-clădesc singur viaţa sau să trăiesc în mod „automat”

Dacă nu aţi pre-clădit şi nu vă stabiliţi intenţia în mod deliberat în acest segment, atunci trăiţi viaţa în mod „automat”, şi astfel, este foarte posibil să fiţi dus de confuzia sau intenţiile altcuiva.

Două fiinţe care se află în două vehicule diferite, ajungând în acelaşi punct în acelaşi timp şi experimentând coliziunea... sunt două fiinţe care nu şi-au stabilit ca intenţie siguranţa. Ele trăiau în mod „automat” şi vedeţi cum în confuzia lor, s-au pomenit că sunt atrase una de cealaltă.

Dacă vreţi şi vă aşteptaţi să primiţi subiectul intenţiilor voastre, aşa va fi. Dar dacă nu vă acordaţi timp ca să stabiliţi ceea ce vă doriţi, atunci veţi atrage, influenţaţi de ceilalţi sau de propriile voastre obiceiuri, tot soiul de lucruri, dorite sau nu. Suntem de acord că există unele lucruri pe care le atrageţi în mod accidental sau în mod automat şi care vă plac, tot aşa cum există unele lucruri pe care le atrageţi, nu intenţionat, ci în mod automat, şi pe care nu le doriţi, dar nu este prea multă satisfacţie atrăgând în mod automat. Adevărata bucurie a vieţii stă în *Creaţia la Voinţă*.

Ceea ce simt, aceea atrag

Acum, aceasta este cheia către *Creaţia la Voinţă*: Vedeţi-vă ca pe un magnet care atrage către voi lucruri care se potrivesc cu felul în care vă simţiţi în orice clipă. Atunci când vă simţiţi limpezi şi deţinând controlul, veţi atrage circumstanţe care ţin de claritate. Atunci când vă simţiţi fericiţi, veţi atrage conjuncturi fericite. Atunci când vă simţiţi sănătoşi, veţi atrage circumstanţe sănătoase. Atunci când vă simţiţi prosperi, veţi atrage circumstanţe pline de prosperitate. Atunci când vă simţiţi iubiţi, veţi atrage împrejurări pline de iubire.

Felul în care vă simţiţi este literalmente punctul vostru de atracţie. Şi astfel, valoarea *stabilirii intenţiei pentru fiecare segment* constă în a vă opri de multe ori pe parcursul zilei ca să spuneţi: *Aceasta este ceea ce vreau de la acest segment al vieţii mele. Doresc acest lucru şi îl aştept*. Şi atunci când rostiţi aceste cuvinte puternice, veţi deveni ceea ce numim o *sită selectivă*, şi veţi atrage în viaţa voastră ceea ce vă doriţi.

Vedeţi voi, universul - cu adevărat, chiar lumea în care trăiţi - este plin cu tot felul de lucruri. Există lucruri care vă plac foarte mult, la fel cum există lucruri care nu vă plac deloc. Dar toate acestea vin în viaţa voastră doar când le invitaţi prin intermediul gândului. Şi astfel, dacă vă acordaţi timpul, de mai multe ori pe zi, ca să identificaţi ceea ce vă doriţi, şi să enunţaţi ceea ce doriţi şi aşteptaţi, veţi dobândi controlul magnetic asupra propriei voastre experienţe. Nu veţi mai fi o „victimă” (de fapt nu există aşa ceva), şi nu veţi mai atrage fără să vreţi sau în mod automat. Odată ce începeţi să vă segmentaţi ziua, să identificaţi de mai multe ori pe zi ceea ce vă doriţi,

sunteţi o *persoană care atrage în mod deliberat*. Şi aceasta este o experienţă plină de bucurie.

Ce anume îmi doresc în acest moment?

Motivul pentru care *stabilirea intenţiei pentru fiecare segment* este atât de eficientă este că există atât de multe subiecte pe care aţi putea să le luaţi în considerare, dar când încercaţi să vă gândiţi la toate odată, sunteţi copleşiţi şi confuzi. Valoarea *stabilirii intenţiei pentru fiecare segment* constă în aceea că atunci când vă focalizaţi mai precis asupra a mai puţine detalii ale momentului prezent, daţi voie *Legii Atracţiei* să răspundă mai puternic; şi este mult mai puţin probabil să încurcaţi desfăşurarea procesului cu gândurile voastre contradictorii de îndoială, îngrijorare sau cu sentimentul de lipsă.

De exemplu, atunci când vă sună telefonul, aţi putea să îl ridicaţi şi să spuneţi „Bună dimineaţa” şi când auziţi cine este, să spuneţi: „Alo, aşteptaţi o clipă” şi apoi să vă întrebaţi: *Ce doresc cel mai mult să realizez cu această conversaţie? Vreau să-i ridic moralul celeilalte persoane. Vreau să fiu înţeles. Vreau ca cealaltă persoană să mă înţeleagă şi vreau să fie influenţată pozitiv în direcţia dorinţei mele. Vreau ca cealaltă persoană să fie stimulată şi entuziasmată de cuvintele mele. Cu adevărat, vreau ca aceasta să fie o conversaţie plină de succes*. Şi apoi, când vă întoarceţi la aparat, deja veţi fi pre-clădit. Şi acum, celălalt va răspunde mult mai în acord cu dorinţa voastră decât dacă nu vă acordaţi acest răgaz.

Atunci când altcineva a iniţiat convorbirea telefonică, ştie ce vrea. Şi astfel, voi trebuie să vă opriţi o clipă ca să identificaţi ce vreţi şi voi. Altfel, prin puterea influenţei sale, celălalt va obţine ceea ce doreşte - dar voi nu.

Dacă vreţi mai multe lucruri şi toate în acelaşi timp, aceasta adaugă confuzie. Dar atunci când vă concentraţi asupra celor mai importante trăsături a ceea ce doriţi în acea clipă, produceţi claritate, forţă şi viteză. Şi acesta este scopul *procesului stabilirii intenţiei pe segmente*, de a vă opri în momentul în care intraţi într-un nou segment şi să identificaţi ce anume contează cel mai mult pentru voi astfel încât să îi acordaţi întreaga atenţie, şi prin urmare, să atrageţi forţă către acel lucru.

Unii dintre voi se concentrează în câteva segmente ale zilei, dar sunt puţini aceia care se focalizează pe o durată mai mare din zi. Şi astfel, pentru cei mai mulţi dintre voi, identificarea segmentelor şi intenţia de a descoperi ce anume este cel mai important în cadrul acelor segmente, vă va pune în poziţia de a fi un magnet care atrage în mod deliberat, sau un creator, în fiecare din segmentele din cursul zilei. Şi nu numai că veţi descoperi că sunteţi mult mai productivi, dar veţi descoperi de asemenea că sunteţi mai fericiţi. Pentru că atunci când intenţionaţi ceva cu bună ştiinţă, şi apoi daţi voie şi primiţi, veţi descoperi o mare mulţumire.

Voi sunteţi Fiinţe care caută să evolueze, şi atunci când avansaţi sunteţi

cei mai fericiţi; în timp ce, atunci când aveţi acel sentiment de stagnare, nu sunteţi exact cei mai fericiţi.

Un exemplu de zi în care *am stabilit intenţia pe segmente*

Iată un exemplu de zi în care nu numai că sunteţi conştienţi de fiecare nou segment pe care îl parcurgeţi, dar vă şi stabiliţi intenţiile pentru fiecare segment.

Să zicem că începeţi acest proces la sfârşitul acestei zile înainte de a merge la culcare. Recunoaşteţi că intrarea în starea de somn reprezintă un nou segment de viaţă. Şi astfel, pe când staţi întinşi cu capul pe pernă, fiind gata să adormiţi, stabiliţi-vă intenţiile pentru această perioadă de timp: *Intenţia mea este ca să mi se relaxeze complet corpul. Intenţia mea este să mă trezesc odihnit, proaspăt şi dornic să îmi încep ziua*.

Dimineaţa următoare, când deschideţi ochii, recunoaşteţi că aţi intrat într-un nou segment de viaţă, şi că chiar şi timpul cât rămâneţi în pat până vă daţi jos, este tot un segment. Stabiliţi-vă intenţia pentru acest moment: *În timp ce stau întins aici în pat, intenţionez să am o imagine clară a acestei zile. Intenţionez să devin entuziasmat şi plin de antren gândindu-mă la această zi*. Şi apoi, stând întinşi în pat, veţi simţi cum vă vine acel entuziasm şi acea prospeţime.

Pe când vă daţi jos din pat, aţi intrat într-un alt nou segment. Acesta poate fi segmentul în care vă pregătiţi pentru ziua respectivă. Şi astfel, intrând în acel segment în care vă spălaţi pe dinţi şi faceţi baie, lăsaţi ca intenţia voastră să fie aceasta: *Intenţionez să iau cunoştinţă de minunatul meu trup şi să simt apreciere pentru modul magnific în care funcţionează. Intenţionez să fiu eficient în modul în care mă dichisesc şi să fac astfel încât să arăt cât pot eu de bine*.

Atunci când vă pregătiţi micul dejun, lăsaţi ca intenţia voastră pentru acest segment să fie următoarea: *Voi alege şi prepara în mod eficient această minunată mâncare hrănitoare. Mă voi relaxa şi voi mânca cu bucurie, îngăduindu-i minunatului meu trup să o digere şi să o prelucreze perfect. Voi alege hrana care este cea mai potrivită pentru corpul meu în acest moment. Mă voi simţi reîmprospătat şi refăcut datorită acestei hrane*. Şi atunci când enunţaţi această intenţie, veţi observa că pe măsură ce mâncaţi, vă simţiţi mult mai întinerit, refăcut şi reîmprospătat. Şi vă veţi bucura de hrană mai mult decât dacă nu v-aţi fi stabilit intenţia de a face aceasta.

Atunci când vă urcaţi în automobil, şi vă deplasaţi spre destinaţie, lăsaţi ca intenţia voastră pentru acest segment să fie a călători în siguranţă dintr-un loc în altul, să vă simţiţi înviorat şi bucuros deplasându-vă, şi să fiţi conştienţi de ceea ce intenţionează sau nu ceilalţi şoferi, astfel încât să vă puteţi mişca prin trafic într-o stare de fluiditate - în mod eficient şi în siguranţă.

Când vă daţi jos din automobil, aţi intrat într-un alt segment. Şi astfel, opriţi-vă un moment şi imaginaţi-vă cum mergeţi de unde vă aflaţi către locul unde intenţionaţi să ajungeţi. Vedeţi-vă cum vă simţiţi bine mergând; intenţionaţi să vă mişcaţi în siguranţă şi în mod eficient dintr-un punct în altul. Intenţionaţi să respiraţi adânc simţind vitalitatea corpului vostru, şi intenţionaţi să simţiţi claritatea mecanismului vostru mintal... Faceţi cunoscută viziunea voastră pentru următorul segment în care sunteţi pe punctul de a intra. Imaginaţi-vă salutul personalului sau al angajatorului... Vedeţi-vă ca fiind o persoană care îi ridică pe ceilalţi, având gata un zâmbet. Recunoaşteţi că cei pe care îi întâlniţi nu îşi stabilesc cu bună ştiinţă intenţiile, dar ştiţi că prin alegerea voastră deliberată, veţi deţine controlul experienţelor voastre de viaţă; şi nu veţi mai fi dus de confuzia lor, de intenţia sau de influenţa lor.

Atunci când parcurgeţi o zi în care v-aţi stabilit intenţiile pe segmente, veţi simţi cum creşte puterea şi impulsul intenţiilor voastre, şi veţi descoperi că vă simţiţi invincibili. Şi atunci când vă vedeţi iar şi iar exercitând un control creator asupra vieţii voastre, veţi simţi că aproape nu este nimic ce nu puteţi fi, face sau avea.

Poartă la tine un carneţel pentru a ***stabili intenţiile pe segmente***

Desigur, segmentele voastre nu vor fi chiar aşa cum le-am descris noi, şi nu vor fi la fel de la zi la zi. În numai câteva zile, veţi descoperi că este foarte uşor să identificaţi fiecare nou segment şi ceea ce vă doriţi cel mai mult de la el, până când foarte curând veţi fi în stare să aşteptaţi cu claritate rezultate bune din fiecare segment al zilei.

Unora ar putea să li se pară mai eficient să poarte la ei un carneţel şi să se oprească efectiv ca să identifice segmentele, scriind lista cu intenţii în carneţel. Deoarece a scrie ceva pe hârtie este cel mai puternic mod de focalizare, e posibil să constataţi că un carneţel e de mare ajutor la începutul aplicării procesului de *stabilire a intenţiilor pe segmente*.

Aveţi ceva întrebări pentru noi legate de acest subiect al *stabilirii intenţiilor pe segmente*?

Nu există nici un scop de atins?

Jerry: Abraham, pentru mine *stabilirea intenţiilor pe segmente* pare a fi mijlocul ideal pentru o aplicare practică instantanee (şi realizare) a *Legii atracţiei, Ştiinţei Creaţiei la Voinţă* şi *Artei de a da voie*. Cu alte cuvinte, cuplarea cunoaşterii conştiente acum a acestor Legi (pe care le-au clarificat învăţăturile voastre) cu *procesul stabilirii intenţiilor pe segmente*, fiecare poate descoperi imediat cum pot afecta gândurile noastre manifestările noastre.

Am pus semnul egal între stabilirea intenţiilor pe segmente şi

echivalentul stabilirii intenţionate a unei serii de scopuri mici ale căror manifestări le putem experimenta conştient aproape instantaneu. Aceasta îmi aduce următoarea întrebare: Nu există nici un scop global de bază (sau intenţie) pe care să-l realizăm în această viaţă fizică?

Abraham: Există. Şi aşa cum *stabilirea intenţiilor pe segmente* este intenţia cea mai apropiată de acest moment în care trăiţi acum, intenţia cu care aţi venit în această încarnare este la celălalt capăt, ca să spunem aşa. Cu alte cuvinte, acum sunteţi aici, intenţionând ceea ce vă doriţi cel mai mult din acest moment, totuşi momentul este afectat de gândurile pe care le-aţi avut referitor, la această clipă chiar înainte de a vă naşte în acest corp fizic. Atunci când aţi venit în acest corp din acea perspectivă interioară mult mai amplă aţi avut într-adevăr anumite intenţii, dar acum sunt dominante intenţiile pe care le aveţi din această perspectivă în care sunteţi conştienţi de planul fizic.

Nu sunteţi marionete care acţionează aşa cum s-a stabilit înainte. Puteţi alege, în fiecare moment, să hotărâţi ce este cel mai potrivit din perspectiva voastră care evoluează continuu, *pentru că aţi crescut dincolo de ceea ce eraţi atunci când aţi venit în acest corp - pentru că experienţele acestei vieţi s-au adăugat deja acestei perspective*.

Poate fi fericirea un scop suficient de important?

Jerry: Deci, pentru că nu ştiu în mod conştient care sunt aceste scopuri individuale globale, poate fi ceva mai important decât scopul de a fi fericit?

Abraham: Ai nimerit chiar calea de a cunoaşte ce ai intenţionat atunci când ai venit aici. Cu alte cuvinte, ai spus: „pentru că nu ştiu în mod conştient care sunt aceste scopuri individuale globale". Motivul pentru care nu ştiţi în mod conştient care sunt aceste scopuri este că nu au existat asemenea scopuri. *Înainte de a vă naşte aici aţi avut intenţii generale, cum ar fi să fiţi fericiţi, să îi înălţaţi pe ceilalţi, să aveţi o creştere continuă... dar de voi depinde să hotărâţi aici şi acum procesele sau mijloacele specifice prin care veţi dobândi oricare din aceste lucruri. În acest moment, voi sunteţi creatorii*.

Cum putem să ne dăm seama de creşterea noastră?

Jerry: Să luăm una din intenţiile pe care le-aţi menţionat: *creşterea*. Cum putem să recunoaştem că creştem?

Abraham: Pentru că sunteţi fiinţe care caută creşterea, veţi simţi emoţii pozitive ori de câte ori vă veţi recunoaşte creşterea, şi veţi simţi emoţii negative oricând veţi simţi că stagnaţi. Vedeţi voi, nu aveţi în mod necesar o recunoaştere conştientă a gândurilor sau intenţiilor perspectivei voastre

interioare, mai ample - dar aveţi comunicarea. *Toate Fiinţele încarnate comunică cu Fiinţa lor Interioară sub forma emoţiilor, şi astfel, de câte ori emoţia este pozitivă, puteţi şti că sunteţi în armonie cu intenţiile voastre interioare*.

Care este măsura valabilă a succesului nostru?

Jerry: Abraham, atunci, care vedeţi voi, din perspectiva voastră subtilă, că ar fi o măsură valabilă a faptului că avem succes în ceea ce facem aici?

Abraham: Aveţi mai multe modalităţi de a vă măsura succesul, în societatea voastră, dolarii sunt o măsură a succesului - dar din perspectiva noastră, existenţa emoţiei pozitive în interiorul vostru este cea mai mare măsură a succesului.

Poate *stabilirea intenţiei pe segmente* să grăbească manifestarea?

Jerry: Aşadar, acest proces al *stabilirii intenţiilor pe segmente* nu numai că poate accelera obţinerea a ceea ce ne dorim, dar poate de asemenea să facă mai plăcută experienţa pe care o avem, făcând-o să fie mult mai mult sub controlul nostru conştient (şi prin urmare, mai plină de succes). Este adevărat?

Abraham: Absolut, este „mult mai mult sub controlul vostru conştient" atunci când vă enunţaţi în mod conştient intenţiile. O altă variantă ar fi să nu luaţi nici o hotărâre referitor la ceea ce vreţi, şi prin urmare, în confuzia voastră, să atrageţi câte puţin din toate; şi atrăgând câte puţin din toate, există lucruri care vă plac şi lucruri care nu vă plac. Scopul *procesului stabilirii intenţiilor pe segmente* este ca voi să atrageţi întotdeauna ceea ce vreţi cu bună ştiinţă. Gata cu creaţia automată; gata cu atragerea lucrurilor nedorite.

Ai dreptate când spui că poate accelera obţinerea a ceea ce doriţi, pentru că claritatea voastră este cea care accelerează procesul. Desigur, voi creaţi fizic şi atunci când mutaţi o grămadă de gunoi dintr-un loc în altul, dar dacă gândurile voastre nu au dat naştere unei emoţii puternice, nu aţi accesat puterea Universului. Atunci când emoţia este prezentă - fie ea pozitivă sau negativă - aţi accesat forţa Universului.

Atunci când vreţi ceva cu adevărat, vine către voi foarte repede. Atunci când într-adevăr nu doriţi ceva, vine către voi foarte repede. Ideea stabilirii intenţiilor pe segmente este de a vă lămuri gândurile referitoare la ceea ce vă doriţi, focalizându-vă asupra lor suficient de clar, în acest moment, ca să generaţi o emoţie. Claritatea voastră accelerează procesul.

Meditaţiile, „atelierele” şi procesele de *stabilire a intenţiei pe segmente*

Jerry: Haide să clarificăm o parte din termeni, te rog. Există trei procese diferite. Unul numit *stabilirea intenţiilor pe segmente*. Unul numit *Atelier*. Şi cel de care vorbiţi uneori, cu cuvintele oamenilor, este *Meditaţia*. Vreţi să clarificaţi care sunt diferenţele şi scopurile acestor trei procese?

Abraham: Fiecare dintre aceste procese este pentru câte o intenţie diferită. Şi astfel, întrebarea ta se potriveşte de minune cu subiectul nostru, *stabilirea intenţiilor pe segmente*, deoarece atunci când sunteţi pe punctul de a intra în oricare din aceste trei procese, este bine să ştiţi *de ce* intraţi în ele şi ce anume *aşteptaţi* să primiţi.

Perioada *meditaţiei*, în termenii voştri, este un segment în care intenţia voastră este să reduceţi la tăcere mecanismul gândirii conştiente cu scopul de a vă percepe *Lumea Interioară*. Este un timp în care vă rupeţi de cele materiale, sau vă detaşaţi de ele, astfel încât să puteţi simţi ce se petrece dincolo de ceea ce este fizic. Există diferite raţiuni pentru a realiza această detaşare, şi este important ca, atunci când intraţi în acest segment, să identificaţi care este motivul pentru care o faceţi. Motivul vostru în acest segment al *Meditaţiei* poate fi că pur şi simplu doriţi să vă detaşaţi de lumea care vă aduce confuzie şi probleme. Poate vreţi un pic de timp ca să vă reveniţi. Atunci când noi încurajăm *Meditaţia*, o facem cu intenţia de a permite deschiderea acelui culoar interior astfel încât să puteţi fuziona *Eu-l Interior* care există în *Lumea Interioară*, cu conştiinţa voastră fizică care este aici în acest corp fizic. *Meditaţia este o retragere a focalizării voastre de la conştiinţa lumii fizice, şi ea îngăduie concentrării voastre să se alinieze cu Lumea Interioară*.

Acum, procesul denumit *Atelier*, este un segment în care intenţia voastră este să vă gândiţi în mod special şi cu precizie la detaliile a ceea ce vă doriţi, şi să le enunţaţi limpede, prin intermediul *Legii Atracţiei*. Cu alte cuvinte, vreţi să meditaţi la dorinţa voastră atât de în amănunţime încât să atrageţi puterea Universului pentru a vă accelera creaţia. *Atelierul* este acel interval de timp în care vă orientaţi gândurile în direcţia acelei dorinţe a voastre, aliniindu-le, în acest moment, cu dorinţele pe care le-aţi identificat de-a lungul vieţii. *În lumea voastră fizică, nu puteţi avea o experienţă fizică până nu o creaţi mai întâi în minte. Şi astfel, Atelierul este acel loc în care vă puteţi gândi în mod deliberat, şi unde puteţi începe să atrageţi în mod deliberat lucrul sau lucrurile pe care le doriţi*.

Procesul stabilirii intenţiilor pe segmente constă în a recunoaşte pur şi simplu că treceţi la un alt segment în care intenţia voastră este diferită de cea de dinainte, şi apoi să vă opriţi şi să identificaţi ceea ce doriţi acum.

Stabilirea intenţiilor pe segmente este procesul prin care înlăturaţi principalele piedici din calea *Creaţiei la Voinţă*: influenţa celorlalţi care au intenţii diferite de ale voastre, sau influenţa propriilor voastre vechi obişnuinţe.

Cum pot să încep în mod conştient să mă simt fericit?

Jerry: Am auzit că sugeraţi să ajungem în punctul în care să ne simţim fericiţi înainte de a începe să intenţionăm ceva. Ne puteţi da alte căi de a genera în mod conştient sentimentul bucuriei sau de a da naştere unei emoţii pozitive?

Abraham: Înainte de a face aceasta, vrem să vă subliniem cât este de important să fiţi fericiţi. Voi sunteţi ca nişte magneţi, şi modul în care vă *simţiţi este punctul vostru de atracţie*. Şi astfel, dacă vă simţiţi nefericiţi, dacă vă gândiţi la ceea ce nu vă doriţi (lucru care va da naştere *sentimentului* de nefericire), atunci veţi atrage mai mult din ceea ce nu vă doriţi. *Este foarte important să fiţi fericiţi, pentru că numai din acest punct puteţi atrage ceea ce vă doriţi, dar şi pentru că este starea voastră de a fi cea mai naturală. Dacă nu vă daţi voie să fiţi fericiţi, vă ţineţi la distanţă de ceea-ce-sunteţi-cu-adevărat*.

Atunci când observaţi că sunteţi fericiţi, în această clipă, acordaţi-vă răgazul de a identifica care din lucrurile prezente vă pot insufla o stare de fericire. Pentru mulţi dintre voi poate fi ascultarea unei melodii care este în armonie cu voi în această clipă. Pentru unii poate fi alintarea pisicii sau o plimbare sau a face dragoste - sau jocul cu copiii. Pentru unii poate fi citirea unui fragment dintr-o carte. Pentru unii este a da un telefon unui prieten care ridică moralul. Există o mulţime de lucruri.

Este foarte important să găsiţi mai multe „pietre de temelie” de care să vă folosiţi pentru a vă îmbunătăţi starea de spirit astfel încât de fiecare dată să faceţi altceva pentru a vă genera acel sentiment de fericire. *Observaţi ce anume vă ridică moralul şi ţineţi-l minte, şi atunci când vreţi în mod special să fiţi într-o stare de spirit bună, folosiţi acel lucru*.

Dar dacă cei din jurul meu sunt nefericiţi?

Jerry: Aţi spus că noi putem fi fericiţi în aproape orice fel de condiţii. Dar cum se poate realiza aceasta atunci când vedem pe cineva că trece prin nişte situaţii extrem de negative?

Abraham: *Puteţi fi fericiţi numai cu condiţia să vă gândiţi la ceea ce vă doriţi. Şi astfel, puteţi fi fericiţi în orice situaţie dacă vreţi suficient de clar şi de puternic pentru ca să vă orientaţi atenţia numai spre ceea ce vă doriţi*.

Jerry: Dar dacă cei cu care ocazional te simţi obligat să fii, fac sau spun ceva ce te face să te simţi foarte inconfortabil, şi totuşi tu vrei să încerci să le fii pe plac pentru că te simţi vinovat atunci când nu faci sau nu eşti aşa cum vor ei? Într-o situaţie ca asta, cum spuneţi că poţi fi fericit?

Abraham: Este adevărat. Este mai dificil să rămâi fericit sau încrezător

atunci când eşti înconjurat de unii care sunt nefericiţi, sau când eşti înconjurat sau legat de cei care vor de la tine altceva decât vrei tu să le oferi. Dar ceea ce am observat interacţionând cu fiinţele încarnate este că deşi puteţi avea o experienţă care durează doar cinci-zece minute, şi deşi acea experienţă poate fi neplăcută şi incomodă, majoritatea emoţiilor voastre negative iau naştere nu *în timpul* acelei experienţe neplăcute, ci în orele de *după*, în care meditaţi şi rumegaţi ceea ce s-a petrecut. *De obicei, petreceţi mai mult timp gândindu-vă la lucrul negativ care a avut loc, decât gândindu-vă la ceea ce se petrece în prezent*.

Majoritatea emoţiilor voastre negative ar putea fi eliminate dacă, în acele momente când sunteţi singuri, v-aţi focaliza asupra lucrurilor la care vreţi să vă gândiţi acum. Şi apoi, în acele scurte întâlniri, în acele bucăţele din viaţă în care sunteţi de fapt necăjit de altcineva, veţi reuşi din ce în ce mai mult să nu mai observaţi prea mult din acea neplăcere şi, cu timpul, *Legea Atracţiei* nu vă va mai aduce acele experienţe pentru că acele gânduri nu vor mai fi active în voi.

Pot să stabilesc intenţia chiar şi când apar întreruperile neplanificate?

Jerry: Deci, să luăm situaţia în care cineva vrea cu adevărat să aibă sentimentul unei înaintări progresive şi ordonate, dar intenţiile lor sunt adesea spulberate de ceea ce numesc *întreruperi neplanificate*. Ce fel de *stabilire a intenţiei pe segmente* aţi sugera într-o asemenea situaţie?

Abraham: Desigur, atunci când *stabilirea intenţiei pe segmente* devine tot mai clară, şi pe măsură ce o veţi face din ce în ce mai bine, în mod automat veţi avea cu mult mai puţine întreruperi. Voi aţi încurajat întreruperile deoarece în trecut v-a lipsit *stabilirea intenţiei pe segmente*.

Atunci când vă începeţi ziua creând viziunea curgerii line şi libere a experienţelor voastre, deja veţi fi înlăturat câteva din aceste întreruperi. Şi, în ceea ce priveşte acele întreruperi care apar, puteţi să vă descurcaţi cu ele segment cu segment, pur şi simplu spunând la începutul întreruperii: *Aceasta va dura puţin, şi eu nu îmi voi pierde cursivitatea gândurilor. Nu voi pierde impulsul pe care l-am creat. Voi rezolva această situaţie rapid şi eficient, şi voi continua ceea ce făceam înainte*.

Pot să-mi măresc timpul disponibil prin *stabilirea intenţiei pe segmente* ?

Jerry: De-a lungul anilor am tot spus: *Aş vrea să fiu în mai multe exemplare ca să mă pot bucura de toate acele lucruri minunate pe care doresc să le experimentez*. Există vreun mod în care putem folosi *stabilirea intenţiei pe segmente* astfel încât să putem trăi mai multe lucruri -adică,

astfel încât să putem face mai multe din lucrurile pe care ni le dorim?

Abraham: Veţi descoperi că, pe măsură ce deveniţi mai eficienţi cu *stabilirea intenţiei pe segmente*, veţi avea mai mult timp să faceţi acele lucruri pe care vi le doriţi.

Multe din lucrurile pe care le vreţi nu au venit către voi pentru că nu v-aţi gândit limpede la ele şi nu le-aţi atras. Şi astfel, *stabilirea intenţiei pe segmente* însăşi vă va oferi ceea ce căutaţi prin această întrebare. *Fiind foarte limpede lucrul pe care îl doriţi şi nemaicontrazicându-l cu gânduri opuse, veţi da posibilitatea Legilor universului să îşi îndeplinească funcţia, şi nu veţi mai simţi nevoia să acţionaţi atât de mult pentru a compensa gândirea neadecvată. Emiţând gânduri în mod conştient, vă veţi ataşa puterea Universului, şi veţi avea nevoie de mult mai puţin timp pentru a realiza mult, mult mai multe*.

De ce nu îşi creează fiecare viaţa cu bună ştiinţă?

Jerry: Dacă tot avem fiecare posibilitatea de a alege fie să creăm ceea ce vrem cu adevărat - cu intenţie - fie să creăm în mod automat şi primind fără discriminare atât lucruri dorite cât şi nedorite, atunci de ce pare că cei mai mulţi oameni aleg să creeze automat?

Abraham: Cei mai mulţi îşi creează automat experienţele pentru că ei nu înţeleg *Legile*; ei nu înţeleg cu adevărat că pot alege. Ei au ajuns să creadă în soartă sau noroc. Ei spun: „Asta e realitatea; pur şi simplu asta e." Ei nu înţeleg că ei pot să controleze experienţele pe care le au prin intermediul gândurilor. E ca şi cum ar juca un joc ale cărui reguli nu le cunosc, şi în curând obosesc pentru că cred că nu au nici un fel de control asupra lui.

Este foarte important pentru voi să acordaţi atenţie în mod conştient lucrurilor pe care le vreţi în mod special, altfel puteţi fi duşi de influenţele care sunt în jurul vostru. Voi sunteţi bombardaţi de stimuli. Şi astfel, dacă voi nu stabiliţi gândurile care contează pentru voi, puteţi fi stimulaţi de gândurile altcuiva, care pot sau nu să aibă importanţă pentru voi.

Dacă nu ştiţi ce vreţi, atunci este bine să enunţaţi chiar această intenţie: *Vreau să ştiu ce doresc*. Şi atunci când enunţaţi această dorinţă, veţi începe să atrageţi informaţii; veţi începe să atrageţi oportunităţi; veţi începe să atrageţi mai multe lucruri din care să alegeţi - şi din această paradă neîntreruptă de idei care vor curge către voi, veţi avea o idee mai bună despre ce anume vă doriţi.

Datorită *Legii Atracţiei*, este mai uşor doar să observaţi lucrurile aşa cum sunt decât să alegeţi un gând diferit. Iar atunci când oamenii doar observă lucrurile aşa cum sunt ele, *Legea Atracţiei* le aduce încă mai mult din acele lucruri, şi cu timpul, oamenii ajung să creadă că nu deţin controlul.

Mulţi au fost învăţaţi că nu au voie să aleagă, că ei nu merită să fie aleşi,

sau că nu sunt în stare să ştie ce este indicat să aleagă. Cu timpul şi prin practică, veţi ajunge să înţelegeţi că puteţi spune, după felul în care vă simţiţi, cât este de potrivită alegerea voastră, pentru ca atunci când alegeţi direcţia gândurilor care este în acord cu perspectiva voastră mai amplă, bucuria voastră este o confirmare că gândurile voastre sunt cele care trebuie.

Cât de important este pentru experienţa noastră *să vrei* ?

Jerry: Dar persoanei care nici măcar nu spune „Vreau să ştiu ce doresc”, ci spune doar: „Din câte ştiu, nu-mi doresc nimic,” sau: „Am fost învăţat că este greşit să ai dorinţe”, şi se află într-un fel de stare plată, apatică, aţi avea să-i spuneţi ceva?

Abraham: *Oare dorinţa de a nu avea dorinţe - cu scopul de a dobândi o stare mai valoroasă - nu este tot o dorinţă? A dori este începutul oricărei Creaţii la Voinţă. Şi astfel, dacă refuzaţi să vă daţi voie să doriţi, atunci într-adevăr refuzaţi să aveţi controlul conştient asupra propriei vieţi.*

Sunteţi fiinţe fizice, într-adevăr, dar aveţi o forţă vitală; o forţă a energiei; o forţă Divină, o Forţă a Energiei Creatoare care se revarsă în voi din Dimensiunea Interioară. Doctorii voştri, cu toate observaţiile asupra ei, nu ştiu prea multe despre ea. Ei ştiu că unii o au şi alţii nu. Ei vor spune: „Acesta e mort; nu are forţă vitală.” *Forţa Vitală Creatoare se revarsă în voi pentru a se extinde în afară spre lucrul căruia îi acordaţi atenţie. Cu alte cuvinte, este procesul prin care gândurile voastre vă aduc orice dorinţă la care vă gândiţi*.

Cu cât vă gândiţi mai mult la ceea ce vă doriţi, cu atât pune mai mult în mişcare *Legea Atracţiei* acele lucruri, şi puteţi simţi impulsul gândurilor voastre. Atunci când nu vă gândiţi la ceea ce vă doriţi, sau când vă gândiţi la ceea ce vă doriţi şi apoi imediat la lipsa acelui lucru, împiedicaţi impulsul natural al gândului.

Starea „plată, apatică” pe care ai descris-o este produsă de încetinirea constantă a impulsului gândului de către enunţurile voastre contradictorii.

De ce foarte mulţi se mulţumesc cu atât de puţin?

Jerry: Abraham, noi trăim într-o naţiune în care aproape oricine are ce să mănânce în fiecare zi, şi are un loc în care să trăiască şi are cu ce să se îmbrace. Aproape fiecare se descurcă într-un fel sau altul, cel puţin, întâlnesc oameni care spun: „Ştii, eu am destul ca să mă descurc, dar cumva dorinţele mele nu reuşesc să fie destul de puternice încât să aducă ceva important sau special în viaţa mea.” Ce i-aţi spune unei persoane aflate în această situaţie?

Abraham: Nu este faptul că nu vă doriţi mai mult, ci că într-un fel sau

altul, v-aţi convins singuri că nu puteţi avea mai mult. Şi astfel, vreţi să evitaţi dezamăgirea de a dori un lucru şi a nu-1 obţine. Nu din cauză că nu-1 doriţi nu-l primiţi - ci pentru că vă concentraţi asupra lipsei lui.

Şi, prin *Legea Atracţiei*, atrageţi subiectul gândurilor voastre (deci, lipsa acelui lucru).

Atunci când doriţi ceva şi apoi spuneţi: „*Dar* l-am dorit şi nu l-am primit", acum atenţia voastră este focalizată asupra lipsei a ceea ce doriţi, şi astfel, prin *Lege*, atrageţi lipsa. De câte ori vă gândiţi la ceea ce vă doriţi, vă simţiţi veseli, vă simţiţi entuziasmaţi şi simţiţi emoţii pozitive; dar atunci când vă gândiţi la lipsa a ceea ce vă doriţi, simţiţi emoţii negative; simţiţi dezamăgire. Dezamăgirea pe care o simţiţi este modul prin care *Sistemul de Ghidare Emoţională* vă spune: „Lucrul la care vă gândiţi nu este cel pe care îl doriţi." Şi astfel, am spune noi, daţi-vă voie să vă doriţi măcar puţin, orientaţi-vă gândurile către ceea ce vă doriţi, simţiţi emoţia pozitivă care ia naştere din actul de a vrea, şi lăsaţi dezamăgirea să dispară. Şi, gândindu-vă la ceea ce vă doriţi, îl veţi atrage.

Vorbiţi-ne despre ***stabilirea intenţiilor prioritare***

Jerry: Ne-aţi dat lui Esther şi mie un proces cu care am obţinut rezultate grozave, şi mi-ar plăcea dacă aţi mai dezvolta un pic subiectul. Este vorba de ceea ce numiţi *a stabili care sunt intenţiile prioritare*.

Abraham: Deşi nu vă menţineţi aceleaşi intenţii tot timpul, adesea aveţi mai multe intenţii care sunt toate legate de acelaşi moment. De exemplu, interacţionând cu partenerul vostru, vreţi o comunicare clară, vreţi să vă mai înseninaţi, vreţi să-i ridicaţi moralul şi partenerului... şi poate vreţi să-l influenţaţi ca şi el să-şi dorească acelaşi lucru. Cu alte cuvinte, vă doriţi armonie.

Este important să identificaţi care sunt intenţiile pe care doriţi cel mai mult să le împliniţi, pentru că atunci când stabiliţi care sunt priorităţile, vă îndreptaţi atenţia în mod singular către ceea ce contează cel mai mult; şi atunci când îi acordaţi atenţia în mod unic - atrageţi putere către intenţia care este cea mai importantă pentru voi.

Aşadar, să spunem că v-aţi început ziua, dar nu aţi identificat încă limpede care sunt segmentele. Aţi început ziua dibuind, cum fac cei mai mulţi, trecând de la un lucru la altul, înghiontiţi de impulsurile şi dorinţele celorlalţi, sau de propriile voastre obişnuinţe. Telefonul sună, copiii cer una şi alta; partenerul vă pune întrebări, şi vouă nu vă este nimic limpede, dar totuşi continuaţi astfel o zi care, pentru majoritatea, este mai degrabă normală.

Acum, descoperiţi că sunteţi implicaţi într-o discuţie în care nu v-aţi luat răgazul să identificaţi ce doriţi, şi, să spunem că sunteţi în dezacord, fie cu copiii, fie cu partenerul, fie cu altcineva - nu contează cine anume. Simţiţi „semnalele de alarmă" dinspre *Fiinţa voastră Interioară*. Emoţia negativă

creşte în voi din numeroase motive: sunteţi puţin supăraţi pe voi înşivă că aţi intrat în această zăpăceală pentru că nu v-aţi stabilit intenţiile limpede, dar chiar dincolo de asta, sunteţi supăraţi pentru că nu sunteţi de acord cu ceea ce intenţionează cealaltă persoană, cu felul în care o spune sau cu ceea ce vrea.

Dacă vă surprindeţi în acest segment şi spuneţi: Ce *vreau eu cel mai mult chiar acum în această situaţie?* aţi putea să recunoaşteţi că intenţia voastră dominantă este într-adevăr, să *simţiţi armonie* - să vă înţelegeţi bine cu soţia sau copiii sau persoana respectivă. Adică, a avea o relaţie armonioasă este cu mult mai importantă decât acea chestiune insignifiantă. Şi atunci când recunoaşteţi că armonia este lucrul pe care îl doriţi cel mai mult, deodată vă este limpede; emoţia voastră negativă dispare, şi rostiţi ceva de genul: *Stai puţin, hai să vorbim. Nu vreau să mă cert cu tine pentru că eşti cel mai bun prieten al meu. Vreau să fim în armonie. Vreau să fim fericiţi împreună*.

Şi atunci când declaraţi aceasta, îl veţi dezarma pe celălalt, îi veţi reaminti celuilalt că aceasta este şi intenţia lui dominantă. Şi acum, cu această intenţie nouă care contează cel mai mult, şi asupra căreia vă focalizaţi (armonia), puteţi să aruncaţi o nouă privire asupra subiectului de importanţă mai mică ce se află în discuţie.

Iată vă oferim aici o declaraţie pe care dacă o rostiţi la începutul tuturor segmentelor din viaţa voastră, vă va fi de mare folos: *Pe măsură ce intru în acest segment al vieţii mele, intenţia mea este să văd ceea ce doresc să văd*. Şi ce va face aceasta: atunci când interacţionaţi cu alţii, vă va ajuta să vedeţi că doriţi armonie; că vreţi să îi ridicaţi moralul celuilalt; că vreţi să vă transmiteţi ideile în mod eficient, şi că vreţi să-i stimulaţi celuilalt dorinţa de a fi în armonie cu ceea ce vă doriţi. Acest enunţ vă va fi de mare folos.

Cât de detaliate trebuie să fie intenţiile mele creatoare?

Jerry: Atunci când intenţionăm să ne mişcăm înainte, cât de precişi ar trebui să fim în ceea ce priveşte mijloacele, şi cât de mult ar trebui să intrăm în detalii privind rezultatul sau manifestările intenţiilor noastre?

Abraham: Trebuie să fiţi suficient de precişi în gândurile voastre referitoare la ceea ce vă doriţi încât să generaţi o emoţie pozitivă legat de aceasta, dar nu atât de mult încât gândurile respective să genereze o emoţie negativă. Atunci când intenţia voastră este vagă, gândul vostru nu va fi suficient de precis - şi ca atare insuficient de puternic - pentru a capta puterea Universului. Dar pe de altă parte, puteţi intra în prea multe amănunte înainte să fi adunat suficiente informaţii care să vă susţină convingerile. Cu alte cuvinte, când intraţi în prea multe detalii, dar acestea pun sub semnul întrebării convingerile pe care le aveţi legat de acel subiect, puteţi simţi emoţii negative.

Prin urmare, fiţi suficient de precişi în intenţiile voastre încât să generaţi

emoţii pozitive, dar nu prea mult, ca sa nu generaţi emoţii negative.

Trebuie să-mi repet cu regularitate intenţiile pe fiecare segment?

Jerry: Abraham, haideţi să vorbim mai mult în termenii *stabilirii intenţiilor pe segmente*. Deoarece ar fi foarte incomod să dăm atenţie fiecărui amănunt în fiecare clipă, nu se poate ca, de exemplu, primul lucru de dimineaţă să fie intenţia de a avea siguranţă?

Abraham: Nu este necesar să intenţionaţi acelaşi lucru iar şi iar şi iar, deşi poate fi util să reluaţi ceea ce contează cel mai mult pentru voi la un moment dat. *Odată ce v-aţi anunţat intenţia de a avea siguranţă şi începeţi să vă simţiţi în siguranţă, acum sunteţi în punctul de a atrage întotdeauna siguranţă. Şi orice moment în care nu vă veţi mai simţi în siguranţă, este timpul să enunţaţi din nou acea intenţie, consolidând-o*.

Este posibil ca acest proces de stabilire a intenţiilor mele pe segmente să îmi împiedice reacţiile spontane?

Jerry: Este posibil ca acest proces de *stabilire a intenţiilor mele pe segmente* să ne împiedice în vreun fel să fim spontani sau să putem reacţiona la o situaţie într-o clipă?

Abraham: *Stabilirea intenţiilor pe segmente* v-ar putea împiedica să reacţionaţi automat - dar v-ar întări capacitatea de a reacţiona *în mod deliberat*. Spontaneitatea este minunată atâta timp cât atrageţi în mod spontan ceea ce vreţi. Nu este la fel de minunat atunci când atrageţi spontan ceea ce nu vă doriţi. Cu nici un preţ nu am înlocui creaţia la voinţă cu creaţia-spontană-în-mod-automat.

Delicatul echilibru dintre credinţă şi dorinţă

Jerry: Abraham, vreţi să vă opriţi o clipă aici şi să ne vorbiţi despre ceea ce am numit *delicatul echilibru al creaţiei dintre credinţă şi dorinţă?*

Abraham: Cele două aspecte în această balanţă a creaţiei sunt *a dori* un lucru şi *a-i da voie*. Sau aţi putea spune, *a dori* un lucru şi *a-l aştepta*. Sau puteţi spune *a te gândi la ceva* şi *a-l aştepta*.

Cel mai bun scenariu este cel în care vă doriţi ceva şi vă aduceţi în starea de a crede sau de a aştepta să îl obţineţi. Acesta este cel mai convenabil mod de a crea. Dacă aveţi o uşoară dorinţă pentru ceva şi credeţi că puteţi dobândi acel lucru, balanţa este completă şi el devine al vostru. Dacă doriţi puternic un lucru dar vă îndoiţi de capacitatea voastră de a-l obţine, nu poate veni, sau cel puţin nu chiar acum, pentru că mai întâi

trebuie să aliniaţi ceea ce vă doriţi cu ceea ce credeţi.

Poate că aţi fost stimulaţi de gând la un lucru pe care nu vi-l doriţi, dar pentru că aţi auzit adesea că el s-a petrecut altora, credeţi că poate avea loc. Aşa că gândul acesta neînsemnat la acel lucru nedorit şi credinţa voastră că el se poate petrece, vă fac candidatul la dobândirea acelei experienţe.

Cu cât vă gândiţi mai mult la ceea ce vă doriţi, cu atât vă va aduce *Legea Atracţiei* dovezi despre acel lucru, până când veţi *crede* în el. Şi atunci când înţelegeţi Legea Atracţiei (şi este uşor să ajungeţi să o cunoaşteţi deoarece ea este mereu consecventă) şi începeţi să vă orientaţi în mod intenţionat gândurile, va apărea şi credinţa în capacitatea voastră de a fi, face sau avea orice.

Când duce la muncă *stabilirea intenţiei pe segmente?*

Jerry: Suntem fiinţe încarnate şi suntem învăţaţi să credem că pentru a primi o răsplată financiară este important să muncim din greu. Dar voi nu pomeniţi prea mult acţiunea fizică. Cum se potriveşte munca grea sau activitatea fizică în această ecuaţie a creaţiei?

Abraham: Cu cât acordaţi mai multă atenţie unei idei gândindu-vă la ea, cu atât mai mult răspunde *Legea Atracţiei*, - şi cu atât devine gândul mai puternic. Prin pre-clădire, *stabilirea intenţiei pe segmente* şi imaginarea în cadrul *Atelierului* vostru, veţi începe apoi să fiţi inspiraţi să acţionaţi. *Acţiunea care ia naştere din sentimentul de inspiraţie este acţiunea care va produce rezultate bune, pentru că daţi voie Legilor Universului să vă poarte*. Totuşi, dacă acţionaţi fără a pre-clădi în mod intenţionat, adesea veţi simţi că trebuie să munciţi din greu pentru că încercaţi să faceţi să se petreacă mai mult în acest moment decât ar reuşi în mod normal acţiunea singură.

Dacă vă mentalizaţi creaţia şi apoi continuaţi cu acţiunea inspirată, veţi descoperi că viitorul vostru e gata şi aşteaptă să sosească, şi apoi vă puteţi oferi acţiunile cu scopul de a vă bucura de fructul adevăratei voastre forţe creatoare în loc să încercaţi în mod incorect să vă folosiţi de acţiune pentru a crea.

Care este cea mai bună alegere în ceea ce priveşte acţiunea?

Jerry: Păi atunci când există o mulţime de acţiuni pe care am putea să le facem pentru a dobândi ceva anume, până la urmă cum putem să ne hotărâm, măcar în ultima clipă, care dintre aceste acţiuni diferite ar fi cea mai eficientă pentru noi?

Abraham: Imaginându-vă că realizaţi în mod potenţial acea acţiune, şi apoi observând cum vă simţiţi atunci când vă imaginaţi acest lucru. Dacă aveţi două opţiuni, vizualizaţi-vă alegând una dintre ele şi observaţi cum vă

simţiţi. Şi apoi vizualizaţi-vă alegând a doua posibilitate şi vedeţi cum vă face aceasta să vă simţiţi. Cu toate acestea, modul în care vă simţiţi legat de potenţiala acţiune nu vă va fi prea limpede dacă nu v-aţi acordat răgazul de a identifica mai întâi care vă sunt intenţiile şi a le aranja în ordinea priorităţilor. Şi odată ce aţi făcut aceasta, a hotărî care este cea mai potrivită acţiune va fi un proces foarte simplu. Vă veţi folosi *Sistemul de Ghidare Emoţională*.

Cât timp să aştept manifestarea concretă?

Jerry: Să spunem că sunt unii care aşteaptă să se manifeste ceva chiar acum şi încep să fie uşor descurajaţi pentru că ceea ce intenţionau ei nu este încă aici. Cât timp ar trebui să aştepte până să apară vreun semn vizibil al succesului? Şi cam care ar fi aceste semne că ceva este pe punctul de a se petrece?

Abraham: Atunci când v-aţi enunţat intenţia de a avea ceva si îl căutaţi aşteptându-l, acum se îndreaptă către voi. Şi veţi începe să vedeţi multe semne că aşa este: veţi vedea alţi oameni care au dobândit acel lucru, lucru care vă va stimula dorinţa; veţi observa mai multe aspecte ale acelui lucru în mai multe direcţii; vă veţi surprinde adesea gândindu-vă la acel lucru şi simţindu-vă entuziasmaţi; şi vă veţi simţi foarte bine în legătură cu ceea ce vă doriţi -acestea ar fi câteva din semnele că ceea ce vă doriţi este gata să vină.

Atunci când înţelegeţi că majoritatea efortului vostru creator este cheltuit în a defini ceea ce vă doriţi şi apoi în a vă alinia gândurile cu acea dorinţă, veţi putea să vă daţi seama că majoritatea procesului creator are loc la nivel vibraţional. De aceea, creaţia voastră poate fi aproape completă, cam în proporţie de 99%, înainte ca voi să vedeţi dovada ei fizică.

Dacă vă veţi aduce aminte că emoţia pozitivă pe care o simţiţi anticipându-vă creaţia este de asemenea o dovadă că progresează, atunci veţi putea să vă mişcaţi rapid şi cu fermitate înspre rezultatele dorite.

Pot folosi ***stabilirea intenţiei pe segmente*** pentru a crea împreună cu altcineva?

Jerry: Abraham, cum putem folosi procesul *stabilirii intenţiei pe segmente* cu scopul de a realiza ceva împreună cu altcineva?

Abraham: Cu cât faceţi o treabă mai bună cu *stabilirea intenţiei pe segmentele* proprii, cu atât vor fi mai puternice gândurile voastre în ceea ce priveşte dorinţa voastră - şi apoi forţa voastră de influenţă va fi mai puternică. Şi astfel, atunci când interacţionaţi cu alţii, acestora le va fi mai uşor să prindă spiritul ideilor voastre.

De asemenea este extrem de util pentru voi să folosiţi procesul *stabilirii*

intenţiei pe segmente pentru a evoca cele mai bune lucruri de la alţii. Dacă vă aşteptaţi ca ei să fie nefocalizaţi sau de nici un ajutor, aceasta veţi atrage din partea lor; în timp ce dacă vă aşteptaţi să fie sclipitori şi de mare ajutor, aceasta veţi atrage din partea lor. Dacă aţi petrecut ceva timp făcând ca gândurile voastre să capete forţă înainte de întâlnirea din planul fizic cu cealaltă persoană, procesul de a crea împreună va fi mult mai satisfăcător, atât pentru voi cât şi pentru ceilalţi.

Cum pot să îmi exprim intenţiile mai precis?

Jerry: Îmi amintesc, din ultimii ani, că destul de des intram într-o situaţie pe care eu o consideram importantă, dar discutam vrute şi nevrute cu cealaltă persoană, şi apoi după ce plecam mă gândeam. *Phii, aş fi putut spune... şi Ar fi trebuit să spun... şi Voiam să spun*... dar nu am făcut-o. Aşa că în loc să am o senzaţie de împlinire când se termina întâlnirea, adesea eu aveam un sentiment de frustrare. Cum aş fi putut să evit acest lucru?

Abraham: Gândindu-te la rezultatul dorit înainte de a începe discuţia, vei lansa deja un impuls care te va ajuta să îţi exprimi mai limpede mesajul. De asemenea este util să recunoşti că în această combinaţie de gânduri, idei şi experienţe, împreună cu altcineva, potenţialul de a crea ceva este chiar mai mare decât dacă ai crea de unul singur. Aşa că pregătindu-ţi aşteptările pozitive referitoare la contribuţia celorlalţi te vei pune în situaţia de a lua contact cu claritatea, puterea şi valoarea lor. În acest sentiment plăcut de aliniere, mintea ta va fi limpede, vei chema claritate din partea celuilalt, şi, împreună, veţi crea într-un mod minunat.

Jerry: Dar dacă o persoană nu vrea să îi supere pe ceilalţi sau să le rănească sentimentele, sau să îi mânie atunci când subiectul întâlnirii este o chestiune controversată? Cu alte cuvinte, dacă interacţionezi cu cineva ale cărui dorinţe sunt în *conflict* cu ale tale, şi tu totuşi poţi să vezi că ar exista unele rezultate reciproc *avantajoase* care ar putea fi atinse dacă s-ar putea evita acea potenţială controversă, cum poate o asemenea situaţie să fie convenabilă pentru toate persoanele implicate?

Abraham: Intenţionând - atunci când intraţi în acel segment - să vă focalizaţi asupra acelor lucruri pe care le aveţi în comun; să vă focalizaţi asupra punctelor voastre de armonie; să daţi foarte puţină atenţie lucrurilor asupra cărora nu sunteţi de acord, şi să acordaţi multă atenţie celor cu care sunteţi amândoi de acord. Acesta este scopul în toate relaţiile. *Problema cu cele mai multe relaţii este că selectaţi unicul mărunţiş care nu vă place şi apoi îi acordaţi cea mai mare parte a atenţiei voastre. Şi atunci, prin Legea Atracţiei, cereţi mai mult din ceea ce nu vă doriţi.*

Poate cineva să aibă prosperitate fără să muncească pentru aceasta?

Jerry: Ne-aţi spus de multe ori că nu putem avea *totul*. Să luăm situaţia în care oamenii doresc prosperitate, dar ei nu vor să meargă să muncească sau să îşi caute o slujbă. Cum sugeraţi să iasă din acest impas?

Abraham: Considerându-şi intenţiile separat. Dacă ei vor prosperitate, dar credinţa lor e că prosperitatea vine doar muncind, atunci nu vor putea să o dobândească pentru că ei nu sunt dispuşi să facă singurul lucru care cred ei că le-o va aduce. Dar dacă ei consideră în mod singular prosperitatea, atunci dacă nu o leagă de munca pe care o resping, vor fi capabili să atragă prosperitatea.

Ai ajuns la ceva care este foarte important; este ceea ce noi numim intenţii conflictuale, sau convingeri conflictuale. *Soluţia este să vă luaţi pur şi simplu ochii de la ceea ce este în conflict şi să îi îndreptaţi spre esenţa a ceea ce vă doriţi*.

Dacă vreţi prosperitate Şi credeţi că aceasta implică să munceşti din greu şi sunteţi dispuşi să faceţi o asemenea muncă, nu este nici o contradicţie, şi veţi atinge un anumit nivel de prosperitate.

Dacă însă vreţi prosperitate şi credeţi că aceasta implică să munceşti din greu, dar nu sunteţi dispuşi să faceţi acest lucru, există o contradicţie în modul în care gândiţi, şi nu numai că vă va fi greu să acţionaţi, dar acţiunea voastră nici nu va fi productivă.

Dacă vreţi prosperitate şi credeţi că o meritaţi, şi vă aşteptaţi să vină către voi doar pentru că o doriţi, nu este nici o contradicţie - şi prosperitatea va curge.

...Fiţi atenţi la modul în care vă simţiţi atunci când gândiţi, astfel încât să puteţi selecta gândurile contradictorii, şi atunci când înlăturaţi contradicţiile referitoare la ceea ce vă doriţi, acel lucru obligatoriu va veni către voi. *Legea Atracţiei* trebuie să vi-l aducă.

Când a început să plouă cu slujbe, a turnat cu găleata!

Jerry: Să spunem că este cineva care nu a putut să-şi găsească o slujbă după luni şi luni de dorinţe şi încercări, şi apoi, de îndată ce primeşte o slujbă pe care o doreşte, imediat mai apar încă alte patru sau cinci, să zicem, chiar în aceeaşi săptămână. Care ar fi cauza acestui lucru?

Abraham: Motivul pentru care slujba a întârziat atât de mult timp să vină este că, în loc să se focalizeze asupra a ceea ce îşi dorea, anume o slujbă, persoana s-a focalizat mai mult asupra lipsei slujbei - îndepărtând-o. Odată ce a ieşit din această situaţie şi a primit o slujbă, concentrarea nu a mai fost asupra lipsei - *focalizarea s-a făcut asupra a ceea ce îşi dorea, şi a început să primească şi mai mult din ceea ce fusese pregătit*. În exemplul tău, dorinţa devenise puternică chiar dacă credinţa era mai slabă, aşa că, cu

timpul, *Legea Atracţiei* i-a adus ceea ce simţise cel mai puternic. Totuşi, s-a chinuit singură inutil, neacordându-şi timpul necesar pentru a-şi ordona gândurile.

De ce adesea adopţiile sunt urmate de graviditate?

Jerry: Deci din această cauză într-un cuplu care ani de zile nu a putut avea copii, de îndată ce adoptă un copil, soţia rămâne însărcinată?

Abraham: Da, într-adevăr, este aceeaşi situaţie.

Unde se integrează competiţia în tabloul intenţiilor?

Jerry: Încă o întrebare: unde se integrează competiţia în tabloul intenţiilor?

Abraham: Din perspectiva noastră, în acest Univers infinit în care toţi creăm, nu există cu adevărat competiţie, pentru că există suficientă abundenţă din toate ca să ne mulţumească pe toţi. Voi vă puneţi în această poziţie spunând că nu există decât un singur premiu. Şi aceasta poate genera un oarecare disconfort, pentru că vreţi să câştigaţi; nu vreţi să pierdeţi, dar adesea atenţia este orientată către a pierde mai degrabă decât către a câştiga.

Atunci când vă puneţi în această situaţie de competiţie, cel care câştigă este întotdeauna cel căruia îi este cel mai clar ceea ce vrea şi care aşteaptă cel mai mult să primească acel lucru. Aceasta este Lege. Singura valoare pe care o are competiţia este aceea că stimulează dorinţa.

Ar fi un avantaj să-mi întăresc forţa voinţei?

Jerry: Există vreun mijloc prin care oamenii îşi pot întări voinţa astfel încât să obţină mai mult din ceea ce îşi doresc şi mai puţin din ce nu-şi doresc?

Abraham: Cu siguranţă puteţi realiza aceasta folosind procesul *stabilirii intenţiilor pe segmente*. Dar nu este vorba atât de o „întărire a voinţei”, cât despre a avea acele gânduri la care *Legea Atracţiei* să poată să adauge. *Puterea voinţei* poate însemna „hotărâre”. Şi „*hotărâre*” poate însemna „a gândi în mod deliberat”. Dar toate acestea sună mai complicat decât sunt. *Pur şi simplu gândiţi-vă la ceea ce vă doriţi, în mod repetat de-a lungul zilei, şi Legea Atracţiei va avea grijă de restul*.

De ce oare cele mai multe fiinţe se opresc din evoluţie?

Jerry: Mie mi se pare că majoritatea oamenilor din societatea noastră,

cam pe când ajung la 25-35 de ani, au ajuns cât de departe urmau ei să ajungă în ceea ce priveşte dezvoltarea şi evoluţia. Au casa pe care urmau să o aibă; stilul de viaţă pe care urmau să îl aibă, slujba, convingerile, orientările politice şi religioase şi chiar şi o diversitate de experienţe personale. Aveţi vreo idee care poate să fie cauza acestui lucru?

Abraham: Nu este atât că ei au deja tot ceea ce urmau să aibă, cât că nu mai atrag experienţe *noi*. Într-o experienţă nouă este nerăbdare şi mai multă dorinţă, dar mulţi dintre ei nu se mai pot lăuda că au dorinţe; ei sunt mai mult sau mai puţin resemnaţi cu ceea ce este.

A da atenţie numai situaţiei care este, atrage şi mai mult din ceea ce este deja. În schimb, a da atenţie lucrurilor dorite atrage schimbarea. Şi astfel, apare un soi de complacere, pur şi simplu pentru că nu sunt înţelese Legile.

Cei mai mulţi oameni se opresc în mod deliberat din a căuta creşterea pentru că nu au înţeles *Legile Universului*, şi astfel ei au emis în mod neintenţionat gânduri contradictorii al căror rezultat este faptul că nu au obţinut ceea ce îşi doresc. Atunci când credinţa ta în ceea ce poţi realiza şi dorinţa pe care ai vrea să o realizezi sunt opuse, nici măcar munca grea nu va reuşi să aducă rezultate bune, şi după un timp vei obosi.

Ajungând să înţelegeţi în mod conştient Legile Universului şi apoi a începe să vă orientaţi cu blândeţe gândurile către ceea ce preferaţi va începe să producă imediat rezultate pozitive.

Jerry: Deci, să spunem că cineva a ajuns într-un anumit punct în viaţă în care se află în ceea ce aş numi o spirală descendentă sau negativă. Cum ar putea ei să folosească *stabilirea intenţiilor pe segmente* pentru a face ca acea spirală să înceapă să se mişte din nou în sens ascendent?

Abraham: Momentul vostru *prezent* este plin de forţă. De fapt, toată puterea voastră este chiar aici, chiar acum. Deci dacă vă veţi focaliza asupra momentului în care vă aflaţi chiar acum şi veţi sta să vă gândiţi la ceea ce vă doriţi cel mai mult doar din acest segment, veţi găsi claritatea.

Nu puteţi, chiar acum, să puneţi în ordine tot ce doriţi pentru fiecare subiect, dar puteţi chiar acum să definiţi ceea ce preferaţi de unde vă aflaţi. Şi pe măsură ce faceţi acest lucru, segment după segment, veţi descoperi o nouă limpezime - şi spirala voastră descendentă se va întoarce în sens ascendent.

Cum să evităm influenţa vechilor convingeri şi obiceiuri?

Jerry: Abraham, pentru majoritatea dintre noi se pare a fi deosebit de dificil să renunţăm la vechile noastre idei, convingeri şi obiceiuri. Vreţi să ne spuneţi o afirmaţie care ne-ar ajuta să evităm orice influenţă din partea experienţelor şi convingerilor trecute?

Abraham: *Sunt puternic aşa cum sunt acum*. Nu încurajăm renunţarea la vechile ideile, pentru că în încercarea de a scăpa de ele de fapt doar vă gândiţi şi mai mult la ele. Şi apoi, unele din ideile vechi merită să fie păstrate. Doar fiţi conştienţi de modul în care vă direcţionaţi gândurile şi luaţi o hotărâre care vreţi să fie plăcută. *Astăzi, indiferent unde merg, indiferent ce fac, intenţia mea dominantă este de a vedea ceea ce vreau să văd. Nimic nu este mai important decât să mă simt bine*.

Jerry: Deci, dacă oamenii sunt martori lucrurilor negative care sunt transmise prin media, sau chiar dacă ascultă problemele care le pot fi prezentate de către prietenii lor, cum ar putea ei să împiedice negativitatea să îi marcheze?

Abraham: Enunţând că intenţia lor pe fiecare segment, este să vadă doar ceea ce vor să vadă. Şi apoi, chiar din cele mai negative prezentări, ei vor putea găsi ceva ce-ar dori să vadă.

Este vreodată bine să enunţăm ceea ce nu dorim?

Jerry: Este *vreodată* bine să enunţăm lucrurile pe care nu le dorim?

Abraham: A enunţa ceea ce nu vă doriţi poate uneori să vă aducă la o imagine mai clară asupra a ceea ce vă *doriţi*. Dar este bine să treceţi repede de la subiectul pe care nu vi-l doriţi la cel pe care vi-l doriţi.

Are vreo valoare analizarea gândurilor noastre negative?

Jerry: Abraham, vedeţi să aibă vreo valoare încercarea de a identifica care gând anume ne-a generat emoţii negative?

Abraham: Poate avea valoare pentru următorul motiv: *Ceea ce contează cel mai mult atunci când recunoaşteţi gândiţi ceva negativ este să vă opriţi cum puteţi*. Dacă în interiorul vostru se află o convingere foarte puternică, atunci e posibil să vedeţi cum acest gând revine iar şi iar. Şi astfel, trebuie să vă abateţi în permanenţă gândurile de la acel lucru negativ către altceva, în cazul acesta, este important să recunoaşteţi gândul care vă dă bătăi de cap şi să îl modificaţi aplicându-i o nouă perspectivă. Cu alte cuvinte, „turnaţi” acea convingere contradictorie într-o formă care să nu fie atât de contradictorie - şi apoi nu va mai apărea să vă bântuie.

Şi dacă ceilalţi nu consideră că dorinţele mele sunt realiste?

Jerry: Dacă cineva ştie ce vrem să realizăm (un lucru care este într-adevăr cu mult peste medie), şi acea persoană ne spune că dorinţele noastre „nu sunt realiste”, cum putem evita să fim influenţaţi de aceasta?

Abraham: Puteţi evita influenţa celorlalţi gândindu-vă chiar înainte să fi interacţionat cu ei, la ceea ce contează pentru voi. *Stabilirea intenţiilor pe segmente* poate fi de mare folos aici. *Atunci când ceilalţi insistă să priviţi „realitatea", vă influenţează să vă prindeţi de acest loc asemenea unui copac. Atâta timp cât vedeţi doar ceea-ce-este, nu puteţi creşte dincolo de asta. Dacă este să atrageţi vreodată ceea ce vreţi să vedeţi, trebuie să vă fie permis să vedeţi ceea ce vreţi să vedeţi. Atenţia orientată spre ceea-ce-este doar creează şi mai mult din ceea-ce-este*.

Cum este posibil „să obţii totul în 60 de zile"?

Jerry: Aţi spus, în esenţă, că în 60 de zile am putea avea totul aşa cum vrem să fie în viaţa noastră. Cum sugeraţi să facem aceasta?

Abraham: Mai întâi, trebuie să recunoaşteţi că tot ceea ce trăiţi acum este un rezultat al gândurilor pe care le-aţi avut în trecut. Acele gânduri au chemat, sau organizat, circumstanţele în care trăiţi acum. Şi astfel, acum, atunci când începeţi să vă faceţi cunoscute gândurile despre viitor şi vă vedeţi aşa cum vreţi să fiţi, începeţi alinierea acelor evenimente viitoare şi conjuncturi care să vă fie pe plac.

Atunci când vă gândiţi la viitorul vostru - viitorul vostru care poate fi peste 10 ani, peste 5 ani, sau peste 60 de zile - începeţi efectiv să pre-clădiţi. Şi apoi, când veţi ajunge la aceste momente care au fost pre-clădite, şi când viitorul vostru devine prezent, realizaţi ajustajele fine, spunând: *Aceasta este ceea ce vreau acum*. Şi toate acele gânduri prin care v-aţi proiectat viitorul, complete până în acest moment în care intenţionaţi acţiunea pe care s-o realizaţi, toate se vor potrivi laolaltă pentru a vă aduce exact lucrul pe care doriţi să îl trăiţi acum.

Şi astfel, este un proces simplu de a recunoaşte zi de zi că sunt mai multe segmente. Şi atunci când intraţi într-un nou segment, e necesar să vă opriţi şi să identificaţi ce anume contează cel mai mult pentru voi astfel încât prin *Legea Atracţiei* să puteţi atrage aceasta spre voi. Cu cât vă gândiţi mai mult la ceva, cu atât mai clar devine; cu cât vă este mai limpede, cu atât mai multă emoţie pozitivă veţi simţi şi mai multă forţă veţi atrage. Şi astfel, această chestiune care este *stabilirea intenţiilor pe segmente* este cheia către o *Creaţie* rapidă şi *Deliberată*.

Ne-a făcut mare plăcere să interacţionăm cu voi în ceea ce priveşte acest subiect. Avem multă dragoste pentru voi.

Acum înţelegeţi

Acum că înţelegeţi, ca să spunem aşa, *regulile* acestui extraordinar joc al *Vieţii Eterne* pe care îl jucaţi, urmează să aveţi o experienţă minunată,

pentru că acum vă controlaţi în mod creator propriile experienţe în plan fizic.

Acum că înţelegeţi puternica *Lege a Atracţiei*, nu veţi mai interpreta în mod greşit felul în care vi se petrec lucrurile vouă sau celor pe care îi observaţi. Şi pe măsură ce practicaţi şi deveniţi tot mai pricepuţi în a vă direcţiona gândurile către lucrurile pe care vi le doriţi, înţelegerea *Ştiinţei Creaţiei la Voinţă* vă va duce oriunde vreţi să ajungeţi.

Segment cu segment, vă veţi pre-clădi experienţele de viaţă, trimiţând gânduri puternice în viitor pentru a-l pregăti pentru sosirea voastră glorioasă. Şi fiind atenţi la modul în care vă simţiţi, veţi învăţa să vă orientaţi gândurile pentru a se alinia cu *Fiinţa Voastră Interioară* şi cu ceea-ce-sunteţi-cu-adevărat, pe măsură ce deveniţi persoana care dă voie, care v-aţi născut să fiţi - destinaţi să aveţi o viaţă plină de împliniri şi nesfârşită bucurie.

Ne-a făcut o imensă plăcere să interacţionăm cu voi.

Şi pentru moment, am încheiat.

Abraham



Despre Autori

Entuziasmaţi de claritatea şi eficienţa practică a cuvintelor transmise de acele fiinţe care se numesc Abraham, **Esther** şi **Jerry Hicks** au început în 1986 să reveleze uimitoarea lor experienţă cu Abraham câtorva asociaţi apropiaţi.

Recunoscând rezultatele practice obţinute de către ei şi de către acele persoane care au pus întrebări semnificative în ceea ce priveşte finanţele, sănătatea şi relaţiile - şi apoi au aplicat cu succes răspunsurile de la Abraham - Esther şi Jerry au luat hotărârea de a lăsa ca învăţăturile lui Abraham să fie disponibile unui cerc din ce în ce mai larg de căutători interesaţi cum să trăiască o viaţă mai bună.

Folosind Centrul de conferinţe din San Antonio, Texas, Esther şi Jerry au călătorit în aproximativ 50 de oraşe pe an din 1989, prezentând Ateliere interactive despre Arta de a da voie acelor lideri care s-au alăturat acestui curent de gândire progresistă. Şi deşi peste tot în lume atenţia s-a îndreptat către această filozofie a *Stării de bine* prezentate de către gânditori şi educatori de vârf care în schimb, au încorporat multe din conceptele de la Abraham în cărţile, lecturile şi articolele lor, modul de transmitere iniţial a fost de la persoană la persoană - pe măsură ce ei au început să descopere valoarea acestei forme de spiritualitate practică în experienţele lor de viaţă.

Abraham - un grup evident evoluat de învăţători din lumea subtilă - îşi prezintă perspectiva lor mai amplă prin intermediul lui Esther Hicks. Şi atunci când se adresează nivelului nostru de înţelegere printr-o serie de eseuri simple, dar pline de iubire, strălucitoare, dar totuşi uşor de înţeles, în scris sau vorbit - ei ne ghidează către o conexiune clară cu *Fiinţa noastră Interioară* cea plină de iubire, şi către o înălţare prin forţe proprii luate din Sinele nostru care este complet.

Soţii Hicks au publicat deja peste 700 de cărţi Abraham-Hicks, casete, CD-uri, casete video şi DVD-uri... şi ei pot fi contactaţi prin website-ul lor interactiv

www.abraham-hicks.com
sau pe adresa
Abraham - Hicks Publications
P.O. Box 690070
San Antonio, TX 78269

Cuprins

PARTEA A III-A: ŞTIINŢA DE A CREA LA VOINŢA

- Fiecare emoţie se percepe în mod plăcut sau… neplăcut
- Pot să am încredere în *ghidarea mea interioară*
- Cum primesc ceea ce primesc?
- Sunt unicul Creator al propriilor experienţe
- Atrag gânduri cu care sunt în armonie din punct de vedere vibraţional
- Noi creăm pe măsură ce gândim şi vorbim
- Echilibrul delicat dintre *a vrea* şi *a îngădui*
- Cum se simte, plăcut sau neplăcut?
- Un exerciţiu care ajută la a *Crea la Voinţă*
- Gândurile care evocă emoţii intense au puterea de a se concretiza mai repede
- Rezumat al procesului *Creaţiei Deliberate*
- Atenţia orientată către *ceea-ce-este* deja, tinde să creeze si mai mult din *ceea-ce-este*
- Aprecierea unui lucru îl atrage spre mine…
- Vor acţiona *Legile Universale* daca eu nu cred în ele?
- Cum să fac să nu primesc ceea ce nu doresc?
- Această societate civilizată nu prea mai ştie ce este bucuria
- Vreau să doresc cu mai multă pasiune
- Este posibil să înving credinţele contraproductive?
- Pot convingerile din alte vieţi să îmi afecteze viaţa actuală?
- Aşteptările mele negative pot afecta bunăstarea celorlalţi?
- Pot să anulez programările pe care mi le-au făcut alţii?
- Punctul meu de forţă este în prezent?
- Cum a apărut primul lucru negativ?
- Imaginaţia nu este acelaşi lucru cu vizualizarea?
- Răbdarea nu este o virtute?
- Vreau să fac un salt cuantic
- Sunt mai greu de manifestat lucrurile măreţe?
- Pot dovedi aceste principii şi altora?
- De ce este nevoie ca cineva să demonstreze că merită?
- Cum se potriveşte *Acţiunea*, sau *Munca*, cu reţeta lui Abraham?
- Îmi *pre-clădesc* viitoarele circumstanţe
- Cum ne împlineşte Universul diversele noastre dorinţe
- Cum se deosebeşte viaţa noastră fizică de cea subtilă?
- Ce împiedică concretizarea gândurilor nedorite?
- Nu ar trebui să vizualizez mijloacele de realizare?
- Sunt dorinţele mele exprimate prea în detaliu?
- Pot şterge gânduri trecute care nu sunt în avantajul meu?
- Cum poate cineva să inverseze o spirală descendentă?
- Cum este atunci când doi concurează pentru acelaşi trofeu?
- Dacă pot să-mi imaginez ceva, atunci se poate împlini
- Putem folosi aceste principii şi în rău?
- Este mai multă putere într-o creaţie de grup?

- Şi dacă ei nu vor ca eu să reuşesc?
- Cum să îmi folosesc energia impulsului pentru a creste?

PARTEA A IV-A: ARTA DE A DA VOIE

- *Arta de a da voie:* Definiţie
- Nu ar trebui să mă protejez de gândurile celorlalţi?
- Nu suntem vulnerabili la comportamentul celorlalţi
- Regulile jocului vieţii
- Experienţele de viaţă, nu cuvintele, ne aduc cunoaşterea
- În loc să îmi monitorizez gândurile, sunt atent să simt
- A fi tolerant nu înseamnă *a da voie*
- Caut soluţii sau observ problemele?
- Îi înalţ pe alţii prin propriul exemplu de stare de bine
- Diferenţa subtilă dintre *a vrea* şi *a avea nevoie*
- Pot *crea la voinţă,* cu bună ştiinţă şi bucurie
- Trăiesc *Arta de a da voie*
- Cum pot să deosebesc ce este bine de ce este greşit?
- Dar atunci când observ că alţii fac greşeli?
- Dacă ignor ceea ce *nu doresc* se va manifesta ceea ce *doresc* ?
- Vrem oare noi toţi să*-i dăm voie* bucuriei?
- Şi cum e când ceilalţi au experienţe negative?
- Voi căuta doar ceea ce doresc
- *O sită selectivă* sau un magnet selectiv
- Trecutul, prezentul şi viitorul nostru, ca unul singur
- Trebuie să îngădui nedreptăţile la care sânt martor?
- Atenţia mea orientată asupra a ceea ce nu vreau, creează şi mai mult din ceea ce nu vreau
- *Arta de a da voie* îmi afectează sănătatea?
- *A da voie*, de la extrema sărăcie la prosperitatea financiară
- *A da voie*, relaţiile şi arta de a fi egoist
- Este arta de a fi egoist imorală?
- Faptul că ei mă dezaprobă este problema lor
- Dar atunci când cineva violează drepturile altcuiva?
- Este de ajuns din toate
- Are vreo valoare pierderea vieţii?
- Sunt punctul culminant al mai multor vieţi
- De ce nu îmi aduc aminte de vieţile anterioare?
- Şi atunci când sexualitatea devine o experienţă plină de violenţă?
- Care sunt *aşteptările* mele legate de această problemă?
- Îmi pre-clădesc viitorul chiar în acest moment
- Cum rămâne cu copilaşul nevinovat?
- N-ar trebui ca ceilalţi să îşi onoreze promisiunile pe care mi le-au făcut?

- Niciodată nu voi da greş… nici nu voi ajunge la capăt

PARTEA A V-A: STABILIREA INTENŢIEI PENTRU FIECARE SEGMENT

- Procesul magic al *Stabilirii intenţiei pentru fiecare segment*
- Pot să îmi stabilesc intenţia de a avea succes în fiecare segment
- Aceste timpuri sunt cele mai bune
- Scopul şi valoarea procesului de *a stabili intenţia pentru fiecare segment*
- Societatea voastră oferă mulţi stimuli pentru gândire
- De la Confuzie la Claritate şi apoi la *Creaţia la voinţă*
- Împărţirea zilei pe segmente cu intenţii specifice
- Eu operez şi creez la mai multe niveluri
- Gândurile pe care le gândesc astăzi îmi pre-clădesc viitorul
- Pot să îmi pre-clădesc singur viaţa sau să trăiesc în mod „automat”
- Ceea ce simt, aceea atrag
- Ce anume îmi doresc în acest moment?
- Un exemplu de zi în care am *stabilit intenţia pe segmente*
- Poartă la tine un carneţel *pentru a stabili intenţiile pe segmente*
- Nu există niciun scop de atins?
- Poate fi fericirea un scop suficient de important?
- Cum putem să ne dăm seama de creşterea noastră?
- Care este măsura valabilă a succesului nostru?
- Poate *stabilirea intenţiei pe segmente* să grăbească manifestarea?
- *Meditaţiile, „atelierele”* şi procesele de *stabilire a intenţiei pe segmente*
- Cum pot să încep în mod conştient să mă simt fericit?
- Dar dacă cei din jurul meu sunt nefericiţi?
- Pot să stabilesc intenţia chiar şi când apar întreruperile neplanificate?
- Pot să-mi măresc timpul disponibil prin *stabilirea intenţiei pe segmente?*
- De ce nu îşi creează fiecare viaţa cu bună ştiinţă?
- Cât de important este pentru experienţa noastră *să vrei?*
- De ce foarte mulţi se mulţumesc cu atât de puţin?
- Vorbiţi-ne despre *stabilirea intenţiilor prioritare*
- Cât de detaliate trebuie să fie intenţiile mele creatoare?
- Trebuie să-mi repet cu regularitate intenţiile pe fiecare segment?
- Este posibil ca acest proces de *stabilire a intenţiilor mele pe segmente* să îmi împiedice reacţiile spontane?
- Delicatul echilibru dintre credinţă şi dorinţă
- Când duce la muncă *stabilirea intenţiei pe segmente?*
- Care este cea mai bună alegere în ceea ce priveşte acţiunea?

